



الدكتورالشيخ معمد فاضل ولا عبدي ولد اكومي في حديث لا لشعباء فظرة المجتمع الموريتاني للطب النفسي بدأت في التغير مؤخرا

لجنة اليقظة الإقتصادية المنبثقة عن اللجنة الوزارية تعقد اجتماعها الثاني :

بلورة خطة لإقتصاد أكثر ديمومة بالتركيز على تثمين المقدرات الوطنية



عقدت لجنة اليقظة الإقتصادية المنبثقة عن اللجنة الوزارية برناسة الوزير الأول المكلفة بمكافحة جانحة كورونا. اجتماعها الثاني أمس الأربعاء.

وترأس الإجتماع وزير الإقتصاد والصناعة السيد عبد العزيز ولد الداهي ، رئيس اللجة ، بحضور أعضائها .

الموريتانية للأنبساء ،أن الهدف من الإجتماع كان تدارس آخر تطورات الوضع الإقستصادي الوطني والعالمي الذي يمكن وصفه بالضبابي والفير مطمئن .

وضعيم كورونا في بلادنا؛

تسجيل حالتي شفاء و77 إصابة جديدة و 3 وفيات

أعلن مدير الصحم العموميم الدكتورسيدي ولد الزحساف مساء أمس الأريسعاء اخلال النقسطم الصحفيم اليوميم لوزارة الصحم تسجيل حالتي تعافي و3 وفيات و77 حسالم جديدة من فيروس كورونا المستجد ، موزعم على النحو التالي،

- لكسرا
- تَشْرغُ زَينَۃ 27
 - عرفات7
- الميثاء 14
- الرياض!
- دارالتعيم7
- تيارت10
- توجنين4
- بنشاب6

وأكد مدير الصحة العمومية أن مصالحنا الصحية توصلت لهذه النتيجة بعد إجراء 287 فحصا من بينها 46 فحص للمتابعة، ليرتضع بذلك إجمالي الإصابات المؤكدة في بلادنا حتى الأن إلى 745حالة، منها 57حالة تعافى و34حالة وفاة.

مركز الاستطباب بأطار: تطلع مشروع لتوفير خدمات أفضل



أدى والي آدرار السيد حدادي أمباري يا ترا، صباح أمس الأربعاء، زيارة تفقد واطلاع لمركز الاستطباب بأطار، مكنته من الوقوف على طبيعة عمل هذه المؤسسة الصحية الهامة، وما تعانيه من نواقص وما تحتاجه من مستلزمات لكي تواكب التطلعات الصحية للمواطنين في الولاية.

وأوضح الوالي خلال اجتماع له مع إدارة المستشفى أن هذه الزيارة تهدف إلى الوقـــوف عن كثب على المشاكل التي يعاني منها المستشفى، مضيفا أن رئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزواني يولي عناية خاصة لصحة المواطنين تجسدت في التكفل التام بنقل المرضى والتكفل بالعلاجات الأولية.

ضمن برنامج "أولوياتي"؛ انطلاق حملة لتنظيف مدينة كيهيدي



أشرف والي كوركول السيد احمدنا ولد سيد أب، مساء الثلاثاء بمدينة كيهيدي على انطلاق حسماة لنظافة مدينة كيهيدي على انطلاق حسماة لنظافة مدينة كيهدي، وذلك ضمن بسرنامج "أولوياتي" لرئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزواني، والذي تستفيد منه 33 بلدية على عموم التراب الوطني. وستمكن هذه الحسماة - المنظمة من طرف وزارة الداخلية واللامركزية وتنفذها بسلدية كيهيدي - من توفير فرص للعمل من خلال اكتتاب عدد معتبر من العمال للسهر على نظافة المدينة التي هي عاصمة الولاية وإعطائها الوجه اللائق بها.

والمنافحة القصوى.. تبدأ بالوقاية وتجنب العدوى



وزير التنمية الريفية يستقبل رئيس بعثة الاتحاد الأوروبي في موريتانيا



استقبــــل وزير التنميخ الريفيخ، الـــــيد الدي ولد الزين، أمس الأربعاء بمكتبه في تواكشوط، السمير، رئيس بمعثة الاتحساد الأورويسي في موريتانيا ، سسعادة السيد جياكومو ديرازو.

وأطلع الوزير الدبلوماسي الأوروبي على الخطط والبرامج التي ينفذها القسطاع خصوصا هيما يتعلق منها بالتخفيف من التأثيرات السلبية المعيشسين للمواطئين وخصوصا

سكان المناطق الريفيت مندوبيت الاتحاد الأوروبي لبلادنا للتصدي لهذه الجائحة ومخلفاتها. وحسث الوزير خلال اللقساء على المزيد من التنسيق لضمان تنطيد محكم للمشاريع المشتركة المتعلق ترستنمية المنشآت الريفين والشعب الزراعيت

من جانبه رحب المسؤول الأوروبي بالمقترحسات الواردة في مداخلة الورير، متعهدا بمعواصلة المزيد من الدعم لهذا القطاع.

جرت المقابسات بحسضور الأمينان العامر للوزارة، السيدة زينب بنت أحمدناه، ويعض كبار المسؤولين في القطاع.

والي الحوض الشرقي يحث على التسيير الشفاف للبرنامج الرعوي الخاص على مستوى تمبدغة



طالب والى الحوض الشرقس السيد الشيخ ولد عبـد الله ولد أواد أعضاء اللجنة المقساطعية المكلفة بتسسيير البسرنامج الرعوى الخاص بالمنمين على سستوى مقساطعات تمسدغه بالسسهر على تطبسيق

المخصصة للمثمين حسستى تعع الاستقادة ويعطى البسرنامج الذي كلف الدوليّ الموريتانييّ ميــــالغ

في مدينة تميسدغة الى الالتزاء بسسالتوجيهات الصادرة عن اللجني الجهوية المكلفة بتسيير البرنامج الرعوي الخاص على مستوى الحوش وطالب المتدخلون خسلال هسذا

الاجتماع بــــــــزيادة الكميات المخصصة للمقــــــاطعة وإيجاد طريق المنمين ولوج المنمين الكيارالي حسمتهم يشكل انسيابى خصوصا خلالهذا الشهر الذي يعتب رد المتمون ذروة فصل

وكان الوالي قند أعطى قبيل ذلك إشارة انطلاق حسملة نظافة مدينة تميدغة التي تندرج في إطار تنفيذ بسرنامج رئيس الجمهورية السبيد محــــمد ولد الشـــيخ الغزواني

كبيرة النتائج المطلوبة. ودعا الوالي جميع المسيرين؛ خلال العدالة وتوخى أقسسمى درجات "تعهداتي". الاجتماع الذي عقسده يوم الثلاثاء اترارزة: حرق كميات معتبرة من المخدرات والخمور

تبرأمس الأريسعاء بسمدينت روصو حرق كميات معتبرة من الحشيش وحبسوب الهلوسسة والكوكايين والخمور ولحسم الخنازير بإشسراف والي اترارزة المساعد السيد محمد فال ولد محمد محمود صحبت رئيس محــــحمة الولاية ووكيل الجمهورية بمحكمة المدينة وقاضي التحقيق.

وأوضسح وكيسل الجمهوريسة بمحكمة روصو الشاشي سيد محمد ولد مولاي أحمد في تصريح للوكالة الموريتانية للأنبساءأن هذه الكميات عبارة عن 80كلغ من الحشيش و750فرص من حبوب الهلوسية و720 قسنينة من الخمور



و00 أكلغ من لحم الخشرير البسري الجاف و40 غراء من الكوكابين. وأشسار إلى أن هذه الكميات تمت مصادرتها بأحكام قضائيت،مثمنا جهود الضبيطية القيضائية من

قطاعي الدرك والشرطة في شبط هذه الكميت

جرت عملية الحرق بحضور حاكم روصو المساعد والسلطات العسكرية والأمنية بالولاية.





ولد صعبه .. زرع الأمل ..فحصد الألم

كان أخر مشهد رأيته (عمر) وهو يلعب ضحى بــالمنزل، أذكر أنه كان يلبس قميصا أبيش وسروالا قصيرا مخططا... بهذا بدأ "الشيخ ولد صمب" سسرد تفاصيل قسصته الحسرينة مع المرض الذي أفقسده حبيبسته إنه عسكري متقاعد ، في الهندسة العسكرية، تشير أوراقه الثبوتية إلى أنه من مواليد 1966 بمضاطعة كرمسين، أب لثمانية أبسناء، اختار لهم أسماء جميلة تتع عن إيمان قسوي محسمد ، عمر ، عثمان ، الزهرة ، أم

يقطن "ولد صميه" في مقاطعة توجئين، في حي شعبي حديث العهد بالتخطيط..يصعب الوصول لمسحكنه بسبب وعورة الطريق.

في غرفة صغيرة، نوافذها ضيصة، وطلاؤها بساهت، تتكدس في رَاوية، منها أغطية وملابس مستعملة، يجلس الشيخ مع صغيره (عثمان) ويقول إنه يحتفظ ببقايا صورمشوشة لملامح وجهه المدور..

يُرهِفَ "ولد صميه" سمعه، لصوت يتبعث من مذياع عتيق، أهداه له أحد جيرانه الطيبين، تتساقط حبات السبحة بين أسابعه وهو يُناجي ربه بأذكار وأدعية مسائية...

يضرع من أوراده.. فيبدأ الحديث عن رحلته إلى الشمال.. حيث رافق بعثار قادمة من "الشرويج" تعمل في نزع الألفام ، في حديثه حنين جارف لتلك الأياء، وشعوريسالزهو، "كنت أفدي الأبسرياء، وأزرع الأمل في صحسراء فاحلة يتحول هدومها في بعض الأحيان إلى عاصفة" .

الحبيب، كان لي الشرف في تطهيرها من الألغاء.

تَبِلغَ درجاتَ الحرارة في هذه المنطقة، معدلات مرتفعة، وقد تسبيت لي في سداع شديد ، لم تنفع معه الأقسراس المهدنة ولا حكوْض الشساي المعتق، ولا العلاج التقليدي.

كثت مضطرا للذهاب إلى العاصمة، فقسد جريست أنواعا متعددة من العلاجات؛ فشـلت كلها في القــضاء على الصداع العنيد..بــعد ما راتون طويل من الفحوصات، كان وقع النتيجة صادما . قالها بمرارة أخبرني الطبيب أنني مصاب بـ "ضغط العين" وأنه لا أمل في الشماء بعد أن استمحل المرض. أصبت بـصدمة كبـيرة. علمت أنني بـعد فترة وجيزة سـأنضم لعالم العَميان.. بدأت الرؤيم تتناقص بدرجم كبيرة ، لم يكن أمامي إلا الرضا بالقدر، وتخيل الواقع بدل الإحساس بالرؤير..

يقنضي أغلب وقنته في الاستماع للمحاضرات الدينية عبسر أثير إذاعة القرآن الكريم ، وتمثى أن يصل صدى معاناته أصحاب القلوب الرحيمة ليعينوه على دهر "قلب له فثهر المجنّ فأصبح رهين المحبسين (الفقسر

سألناه حكيف يتدبر معيشته فرد علينا بقوله، " لولا مساعدة الجيران من المحسنين لعجزت عن توفير الضروريات.

علمنا أنَّ "ولد صميه" يُعيل أسرة كبيرة العدد ولا دخل له سوى تعويض تقاعدي منيل يسدد له ڪل 3 أشهر.

فجأة تقسطع حسديثنا زوجته (عائشية) وهي شابسة في عقسدها الثالث قرنسم على وجهها ملامح حرزن عميق، تُحدثنا عن المعاناة التي سببها فقد الزوج لعمله ويصره، وتضيف بمرارة تخنقها العيرات، "لقـد فرضت على هذه الظروف البحث عن عمل لمساعدة زوجي على تحسمل أعباء الأسرة

عملت صباغة للثياب. كانت مهنة شاقسة تتطلب الخروج بساكرا.. ودخول معمعة النقل الحضري في العاصمة من بوابة "الحافلة القديمة" في رحسانة طويلة ومعقسدة.. تتحسمل الصبسر على المواد الحكيماوية بروائحها الخطيرة.. قالت إنها تسببت لها في نوبات من الربو والحساسية

في المساء تعود أدراجها ، بعد يوم شاق ورحـلة أكثر تعقيدا ، تسبقها معركة البحث عن حيافلة وكثيرا ما تضطر للسير راجلة إلى ملتقيي " مدريد" صَبَّر عائشة لا ينفد هنا ، حيث تدلف مباشرة إلى المطبخ لتحضر العشاء إيدانا بولوج بوابئ الهع الأسري مرورا بغسيل الملابس وترتيب أمور

صمت "ولد صميه" برهم طويلم وقال: أملي في الله كبير، وأمل بصدق أن يعجل فخامة رئيس الجمهورية بتطبسيق بسرنامجه "تعهداتي" خاصة محـــوروكالمَّ "تَأْرَرْ الذي يهتم بِتحسين طَروف عيش المهمشــين والطبقات الضعيضة في المجتمع.

القصص الإنسانية تنقل الواقع المّر، فترق لها القلوب الرحيمة، وهي وسائل من الواقع لمن يهمهم الأمر.

الرفق بالمستضعفين من طبقات المجتمع، في عالم لا يرحم، هو جوهر الإنسانية، وموقف نبيل تكفله دولة القانون والمساواة.

وزير الدفاع الوطني يستقبل سفير جمهورية الصين الشعبية



استقبيل وزير الدهاع الوطني السيد حستنه ولد سيدي أمس الأربعاء بمكتبه في تواكشوط سفير جمهورية الصين الشعبية المعتمد لدى بالأدثاء سعادة السيد أزهانغ اجيانغو. وتناول اللقاء؛ الذي جرى بحسور

الأمين العام لوزارة الدفاع الوطني اللواء محـــمد فال ولد أمعييف: علاقات التعاون المثمر القائم بين البــــلدين والسبـــــل الكفيلة بستعزيزها وتطويرها ، خاصر في

بكيهيدي وامبود عن طريق مشروع

دعسم مفوضيسة الأمسن الغذائسي

والمصطلعات المركزية

واللامركزية ذات الصلة بإنشساء

آلية للإنذار المبكر والاستجابة

أكد مستشـــــار والي كوركول

المكلف بالشيؤون الاقستصاديت

والتنميخ المحليخ السيد محمد ولد

جدوولد العيل أن سياسسة الأمن

الفذائي تمثل أولويبة خاصة شي

بــــرنامج تعهداتي لفخامة رئيس

الجمهورين السيد محمد ولد الشيخ

الغزواني الذي تعكف الحكومة

على تنفيذه مما يمنح قيمت خاصت

لموشوع هذه الورشة وما ستضيفه

من تحسيين وتحسليل للبسيانات

الظرفية حسسول الأمن الفذائي

اهتماما بالطبقات الهشتز وسعيا في

وأضاف المستشها وأن تعزيز نظام

الإندار المبكر حسول التقذيت

ومراقب ، الكوارث في الوسيط

الريضي يعتبسر من أهم محسددات

الاستجابىسىت القوريت ميدانيا

وأضاف المستشار أن تشحيص

حصيلة مؤقستة للمنتوجات

الزراعيس والرعويس فسي مختلف

البلديات التي يتدخل بها المشروع

سسيتم من خلاله إشسراك نتائج

الورشية في تصورعام للوضعية في

الولاية ليتع استكمالها واثراؤها

من طرف المصالح الفنية المختصة

في الدولة ليتم البناء عليها لاحضا

جرت وقائع افتتاح الورشة بحضور

حاكم مضاطعن كيهيدي محمد

يسسلم ولد أيسوه وعمدة بسلديث

كيهيدي طاهرا برادجي والمندوب

الجهوي للأمن القذاشي يكوركول

الطالب مصطف ولد خطري.

في التدخل التنموي المناسب.

لحاجيات التنمية المندمجة.

ترسيخ دعائم التنمية المتوازنة.

للصدمات بشأن الأمن الغذائي.

ضمن برنامج "أولوياتي"؛ انطلاق حملة لتنظيف مدينة كيهيدي



أشـــرف والي كوركول المــــيد احمدنا ولدسيد أب،مساء الثلاثاء بـــمدينــ كيهيدى على انطلاق حــــملت لنظافت مدينت كيهدي، وذلك ضمن بــــرنامج "أولوياتي" لرئيس الجمهورية السبيد محسمد ولد الشيخ الغرواني، والذي تستميد منه 33 بــــلدين على عموم التراب

وستمكن هذه الحملة المنظمة مست طسرف وزارة الداخليسة كيهيدي- من توفير فرص للعمل من خلال اكتتاب عدد معتبسر من العمال للسبهر على نظافة المدينة التيهي عاصمة الولاية وعطائها الوجه اللانق بها.

وأوضسح الوالسي فسي كلمست بالمناسيسة:أهمية هذه الحسملة التي تسستهدف تنظيف السسوق المركزي، بــالإضافة إلى أماكن تجمع القــــمامة في الشـــوارع الرئيسية ويعض الممرات الجانبية ومداخل المدينة والساحسسات

وأشارالي أهمية هذه الحسملة في إعطاء عاصمة الولاية المنظر اللائق بسها وخاصة قبسل موسسم الأمطار حسيث تنتشسر الأويسنت والجراثيم في المستنقعات الأستة مع تكدس أكوام القـــــمامة في

البيئن خدمت للصحت العموميت.

الكافيء

جرى انطلاق الحسمات بحسشور حاكم مقاطعت كيهيدي السيد محمد يسلم ولد أبوه وقادة الأجهزة الأمنية بالولاية.

في سياق آخر افتتحت يوم الثلاثاء في مدينة كيهيدي ورشة تحيين وتحــــليل للمعطيات الفصلية الخاصة بــــالأمن الغذائي في مضاطعتي كيهيدي وامبود ، نظمها يسسرنامج الغذاء العالمي ومفوضيت الاتحاد الأوروبي للحماية المدنية والإغاثة الإنسانية.

الشوارع، مبينا أن هذه الحملة ستساهم في توفير عشــرات فرس الشفل وكذا العمل على تنقسيات بدوره عبر عمدة بلدية كيهيدي

السيد طاهرا برادجي، عن سعادته بـــــالعمل لجعل كيهيدي مدينت تظيفت بمضل سواعد أبسنانها وما تمثله النظافة من أهمية قصوى في الوسط الحضري، مشيرا إلى أن كل الوسائل والأدوات الضرورية لإنجاح هذه الحسملة تم توفيرها بالقسدر

وتناقسش الورشسة التي تنفذها منظمة "أوكـــــــــفام" ومفوضية الأمسن الغذائسي؛ المعطيسات المجموعة من طبرف الجماعيات المحلية المراقبة لتطورات الأمن

عقدت لجنت اليقظة الإقتصادية المنبثقيسة عن اللجنة الوزارية برناسية الوزير الأول المكلفة بمكافحت جانحت كوروناء اجتماعها الثاني أمس الأربعاء.

لجنة اليقظة الإقتصادية

تعقد اجتماعها الثاني

وترأس الإجتماع وزير الإقستصاد والصناعة السيد عبد العزيز ولد الداهى ، رئيس اللجار ، يحسفور

وأكد وزير الإقستصاد والصناعة في تصريح للوكالة الموريتانية للأنبساء ،أن الهدف من الإجتماع كان تدارس أخر تطورات الوضع الإقتصادي الوطئي والعالمي الذي يمكن وصفه بالضبابسي والغير

وأضاف أنهذا الإجتماع يأتى بعد مصادقة الحكومة الموريتانية هي 06 ماييو 2020 ، على خطيرً لمواجهم جانحم كورونا .

وقال الوزير إن اللجنة ناقشت أربع نقساط رئيسسيت، تتعلق أولاها بمحاولة تشخيص دقيق للوضع الأخيرة بإنتشارلافت للجائحس وهي مناسبة للتأكيد على ضرورة الأخذ بتعليمات رئيس الجمهورين السيد محمد ولد الشيخ الفرواني هيما يتعلق بــــالإجراءات الإحــــترازية ،مضيفا أن الوضع الإشتصادي وفق توقعات البرنامج سيصل إلى حبوالي ناقبص اثنان بالمائح، مما يسيفر عن عجر في الميزانية يقسدرب خمسسة في المائمة ، مع أن التضخيم لايسرّال متحكما فيه ءوأن الأسواق ممولت بشكل جيد ،

أما النقيطة الثانية - يضيف الوزير - فتتعلق بنسية تعيينة المبوارد الماليب مؤكسدا أننسا حيصلنا على نسية 55 في المائن من هذه الموارد والترتيبات جارية للحصول على النسبة المتبقية ، وضمن هذا السياق شكر الوزير صندوق النقد العريس والصندوق

العريسي للإنماء الاقستصادي والاجتماعي والبـــنك الدولي والإتحساد الأورويسي والوكالة الفرنسية للتنمية.

اما بــخصوص النقــطة الثالثة فتتعلق بضياء مجموعة العشرين بــــــــتجميد الديون وجدولت تسمديدها ، وموريتانيا كانت من أوائل الدول التي وقنعت على بسيان مجموعة العشرين وستنضم دول خارج المدجموعة إلى هذا المسار للحصول على نتائج إيجابيت.

وأضاف الوزير أن موريتانيا طالبت على لسان رئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الفرواني ، بالفاء كامسل الديسون ، ضمسن نسداء تواكشـــوط الذي لقــــي صدى إيجابسيا لدى الإتحساد الأوروبسي والإتحاد الإفريقي.

وبين الوزير أن النصطة الراسعة ، تمثلت في استخلاص الدروس من الجائحة في ظرفية دولية تشهد تحولات عميقت.

وضمن هذا الإطار وتجسيدا لتعليمات رئيس الجمهوريت السيد محمد ولد الشيخ الغرواني، سيتم القسياء ببسلورة خطة لإقستصاد أكثر ديمومة وذلك بالتركيز على تثمين المقسدرات الوطنيخ كالتنمية الحسيوانية والصيد والطاقبة المتجددة ودور القبطاع الخاص وتقسسنيات الإعلام والإتصال ، اللذين سيشــــكلان رافعتين مهمتين للإقسستصاد الوطني.



"لمكَّام أستر"!

شيخ يتوضأ جنب أحد مساجد العاصمة سمع قارئا يقرأ تذكرة ومتاعا للمقوين} فقال بخشوع؛ اللهم اجعلنا من المقوين. قلت له برفق؛ المقون المسافرون. قال بعصبية: "ذاكما تعرف لو شــــي". فتذكرت أمثالا لعاكد" ومنها "لمكام أستر".. الخ. أخبار وطنية

وأضاف أن مؤسسته تقوم بـد ورهاء

في الولاية إلا أنها في بــــــناية قديمة مما يصعب صيانتها ، مشيرا إلى أن المستشمني يحسنوي على طواقع متكاملة تقدرب 10 عاملا بما فيها طواقه النظافة وطواقهم

وبين أن مركز الاستطباب بأطار يتأرجح لأن هناك بسناية جديدة لله الحمد سيتم تسليمها في الشهر

القادم مما يجعل طلب بعض الأمور

غير وارد في الوقست الحسالي لأننا

مقبسلون على التحسول إلى بسنايات

جديدة أكثر تأهيلا من البسناية

القديمة إلا أن الأقساء الحالية

تضوم بالعمل الصروري للمحافظة

وأضاف أن جميع التوصيات الصادرة

عن الوزارة مأخوذة بعين الاعتبار،

حيث يتكفل المستشيفي بنقيل

المرضى إلى نواكشوط، مشيرا إلى

أن مؤسسسته تأخذ التوصيات

المتعلقة بمحارية ويساء كورونا

بعين الاعتبار، حيث تم تخصيص

جناح خاص لمحاربيته، مما ساعد

في جعل الولاية خالية من وجود

أي إصاب ترقله الحسمد ، باستثناء

وقسال أن الولاية كذلك كانت

تعانى من حسمى الضنك التي تع

التغلب عليها لله الحسمد بسفضل

الجهود الصحية المبذولة مضيفاء

"نسعى ما استطعنا لتلبيح حاجح

المواطنين، ومع الأسسف الولاين

تعانى من هشاشة كبيرة ، حيث أن

معظم السكان يعانى من الفقسر،

وتحسن تسمعى في المسماعدة ما

وافقىست الوالى خلال هذه الزيارة

الــــــــــلطات الإدارية والأمنية

الميزانين".

بالولايت

ستطعنا رغم صفر حسجم

إصابت واحدة تم شفاء صاحبها.

الولايت

مركز الاستطباب بأطاره

تطلع مشروع لتوفير خدمات أفضل



أدى والى آد رار السيد حدادي أمياري ياترا ، صباح أمس الأربسعاء ، ريارة تفضد واطلاع لمركز الاستطباب بسأطار، مكثته من الوقسوف على طبـــيعت عمل هذه المؤســــت الصحـــــيَّرَّ الهامرَّ، وما تعانيه من تواقص وما تحتاجه من مستلزمات لكي تواكب التطلعات الصحبية للمواطنين في الولايت.

وشسملت الزيارة كافتر الأجنحسر التابعة للمركز بسما فيها جناح الحسالات المستعجلة وجناح الاستقبسال والحسجز والصيدليت والإدارة المالية والإدارية حسيث تلقسى الوالي شروحسا مفصلت عن مختلف مكونات هذه المؤسسسة الصحبية، وما تصدمه من خدمات علاجية قـــدمت له من طرف مديرها العام الدكتورعيسد الله ولد احمياده.

وأوضح الوالي خلال اجتماع للهمع إدارة المستشمين أن هذه الزيارة تهدف إلى الوقسوف عن كثب على المشـــــاكل التي يعاني منها المستشـــفى، مضيفا أن رئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزوانس يولس عنايسة خاصسة لسحسة المواطئين تجسسدت في التكفل التاء بنقــــل المرضى والتكفل بالعلاجات الأوليت

وأضاف الوالى أن المستشفى يحتاج

إلى المزيد من النظاف، وصيان، المعدات الطبسية وتهيئة الأسسرة وتعضيم المكان لكى يستجيب للمعايير الصحيية الضرورية من أجل ضمان سيسلامة المواطنين، خصوصا أنه يشـــكل الواجهـــ الصحسية للولاية، مما يسستدعي المزيد من الصرامة في تطبيبيق المعايير الصحسية، مسترشسدا بفحوى الحديث الشسريف بسأن

ويسين الوالي أن النظافة هي مدخل أساسيي للصحية العامرة، وأن المستشطى بحاجة ماسة لها لكى يكون في وضعية تليق تتماشى مع حجم التحديات الصحيت الجهويت والمصلية خصوصا فيهذا الظرف الاستثنائي الذي يتميز بانتشار فيروس كورونا في البلاد.

الاستطباب بأطار الدكتورعبد الله ولد أحسمياده، جراح أخصائي يضع في بناية قديمة، حيث تم الأطفال وقسسم الصيدلة قسسم الأسنان والمخبسر والأشعن وقسم تصمية الكلى والإدارة.

الطهارة شرط الإيمان، وهي مسألت جوهرية في غاية الأهمية.

إنشا ۋەسىنى 1958 ، ويضع عدة أقساء من بينها قسع أمراض النساء وقسسم الطب البساطني وقسسم

الصرامي مطلب

ولد إبراهيم

مفهوم التعايش مع الوضعية الصحسية الجديدة التي فرضها انتشار الموجة الحالية من وباء كوفيد 19، لا يعنى إهمال التقيد بمتطلبات وتدابير السلامة من هذا الفيروس، بل يعنى مسؤوليتنا جميعا في تطبيق هذه الإجراءات ذاتيا على مستوى كل فرد منّا ، وفي محيطه، وعدم الرضوخ والاستسلام لسطوة الوباء، مع استمرار وتيرة الأنشطح ومتطلبات الحياة اليوميح في ظروف تطبعها أقمس درجات الحذرمن الوقوع هيأي خطا من شانه أن يساهم في نشسر العدوى من طرف

حدیث الناس

وتقتضى هذه المسؤولية من الكل إتباع إجراءات السلامة من انتقال العدوى بالتوعية والتحسيس في المحيط الأقرب، بالأساليب والطرق المناسبة وتحـــــترم للجميع خصوصيتهم ، وتراعي ظروفهم ومستوياتهم، حستى يكتب لهذا الجهد النجاح المطلوب ويحقق هدف الوقوف في وجه انتشارهذا

وتزداد أهمية التعبئة النشطة لإتباع هذه الإجراءات

فيهذه الظرفية التي تشهد المرحسلة الأهم في مواجهة الوساء، وفي ظل واقع يشهد للأست غياب الوعى، من طرف البعض مثًّا ، بخطورة هذا الوضع، وهو ما يعني، أهمية عدم الاكتفاء فقـط بـالتوعية والتحسيس، بــل ضرورة اتخاذ إجراءات موازيــ أكثر صرامة اتجاه من يتهاونون باحستراء هذه الإجراءات، على غرارما اعتمدته بـــــلدان عديدة سبقــــنا إليها الوباء، وتمكنت من كسر ما يعرف بسلسلم العدوى. تكامل جهود مواجهة الوباء في مرحلته الحالية، الصحية منها والتوعوية، والتنظيمية، سيمكننا بـ ضضل الله تعالى وتوفيق منه ، في كسب الجولة الأصعب من معركة الكوفيد 19 التي تمر بـــــها بلادنا ، والالتحاق بالبلدان التي تمكنت من السيطرة عليه بشـكل كبـير، وهي خطوة أخيرة، دخلناها، بعد مسيرة طويلة بدأناها قبل شهرين، نجحنا في مراحلها وجولاتها السابقة، وسنكسب هذه المرحلة كذلك بأقل الخسائر الممكنة بالتزامنا بتطبيق هذه الإجراءات خصوصا منها تلك الفردين المتمثلن في ارتداء الكمامات في الأماكن العامرٌ، والحسرص على مسافة أمان صحى بين الأشخاص، والتعصيم مع الغسل الدائم لليدين بالصابون، والتزام البسيوت إلا للضرورة القـصوى، وكلها تدابـير في متناولنا بيســر وسهولت وتحتاج بالادنا الأن أن يلتزم بها الجميع حتى ننتصر على الوباء، ونتحرر من قبضته، وما ذلك على الله بعرير.

حفظ الله بلدنا



مدير النشر، المدير العام للوكــــالة الموريتانيـــة للأنبــــاء

محمد فال عمير ائي رئيس التحريـــر:

د.أحمـدو ولد آكــاه

رئيس قسم الإخراج:

عبد الرحمن ولد الداه abadd11@gmail.com

SCL SHI المطبعة الوطنية

مديـــر التحــريــر:

أحمدو ولد محمدن ولد بارك الله

(أحمد عبد الرحمن)

الكاتبة العامة للتحرير:

حــواء بنت سعيـــد

المقر الرئيسى:لكصر: 006-22 شارع 1540 صنـــدوق البريـــد: 467 - 371 انواكشوط

الشعب: يومية ـ وطنية ـ إخبارية ـ جامعة

الشباب الموريتاني بين الخصوصية الثقافية وتحديات العولة

تحتل ظاهرة العولمت وتأثيرها على الشباب أو لويت البحث بيين موضوعات وقــضايا الشبــاب، والتي أخذت تحــظي بمساحــات متزايدة من الاهتمام على الصعيد الرسمي وغير الرسمي بهدف إعداد الشياب وتأهيلهم لصناعة المستقبال وتمكينهم من أسباب النهوض الفكري والتربيوي والعلمى والتقني والاستفادة القصوى من إيجابيات العولمة، وتقليص ما يمكن تقليصه من <u>آثارها السلبية.. في ظل العولمة التي أضحت حقيقة واقبعة </u> وأكثر صلة وتأثيرا في الشباب في الوقست الحساضر.

> نجد في الفترة الأخيرة الكثير من شبابسنا قسد تحسللوا من هويتهم الثقـــــافية وتخلوا عن عاداتهم وتقاليدهم التــــي هي أصل ومنبع الإسلام واتجهوا يلهثون وراء تضليد الغرب فى أشسياء غير مفيدة وعادات وتقاليد مختلض ويعيده كل البعد عن ديننا وأخلاقسنا وعاداتنا لنجد الكثير من شبابنا غارق في بحر من الأفكار الخاطئة والتضليد الأعمى والاتبسيهار المغلوط يسسالغرب، ومحسا ولتهم تقمسص ثقاهات أخرى لإشبساع طموحسات معينت، بسل نجدبين شبابنا مـــــن يتنكرون للعادات والتقاليد ويتمسسردون على خصائصها ، بل قــــد يحتقــــرون عاداتنا وقيمنا وأصالتنا ، ونجــد من بينهم مسن يتشبث بعساداتهم في الطعام والشـــــراب والزى ونمط التفكير وأسلوب المعيشة ببوجه عام، وقد احَدْ هِذَا التَّقَلِيدُ أَشْكَالًا مختلفة كسراويل الشبسساب ذوات الخصر المنخفض الساقـــطن إلى أمسطل الوسيط وقسصات الشيعر والتسريحات العجيبة والستفنن في قصصات اللحسية وارتداء للإكسسوارات الفريب، إلى أخر ما هنالك من تلك الصراعات المشاهــــدة في الشوارع والأسواق والتى أصبحت واقعسا هي مجتمعاتنا الموريتاني الإسلامي المحافظ، مما ينذربتلاشسي هويتنا الثقسافيت

وتأثيرها على الشباب الموريتاني

يشير بعض الباحثين الاجتماعيين بسطالة وفقسر والى جانب الظروف

الاجتماعيت فأن الانفتاح المفاجئ على وسسائل الإعلام الحسديث سساهمت في انتشسا رهده الظاهرة وغيرها من الظواهر المستوردة إلينا مما أدى إلى جملة من السلبيات منها، تدنى مستوى التعليم بين الشياب كنتيجة من نتائج انتشار وسائل الترفيه الكثيرة لدى الشبساب من شبسكة الانترنيت والقسنوات الفضائية، والهاتف المحمول.... الخ وعلى الرغم من الايجابيات والمناهع التي يحسمل عليها الشبساب من مشساهدة بسرامج البسث الفضائي والاطلاع على الأحسداث والتطورات على الانترنيت، إلا أن هذا الأصر لا يخلو من المضار والسلبـــــيات، مما يتعارض مع دراسستهم وتحسصيلهم العلمي والطريقة التي يكون فيها الشبياب مستقبسلهم ، فبسدلا من أن يركز الشبساب على دراسستهم وكيفية استثمار الوقست والتزود بسالمعارف التريسويين والعلميين، فأن الشباب يقسضون جل أوقساتهم في مشاهدة المسلسلات الأجنبسيت وزيارة مواقسع التواصل الاجتماعي على الانترنيت والتي غالبسا لا تمت إلى الدراسية والتحسصيل العلمي بصلة. سيادة الثقافة الغربية فهي الرائدة المسسيطرة اليوم على الشباب بكل مساونها وايجابياتها على ـــــلوكيات الشبــــاب، لأن الشريحة الشبابية هيأكثر شرائح العولة الثقافية المجتمع تقبسلا واسستعدادا من الناحية النفسية والذهنية لتقبل كل الوافد من الدول المتقدمة دون أيت مناقشة أو تقييم ، مما يؤثر سلبا

على الثقــــافة والإرث الوطني

للمجتمع الموريتاني. الاســــتفناء

بوسسائل الاتصالات والتقسدم

التكنولوجي من قسنوات فضائين

وشبـــــكة الانترنيت عوضا عن

التواصل الاجتماعي داخل البسيت

وابستعاد الشبساب عن الحساجة إلى

الوسسائل التقسليدين للتقسافة و

التعليم، وتمردهم على الضوابـــط

الأسسرين وقسيم مجتمعنا. ظهور

ازدواجيت بسين القسيم الوطنيت

لمجتمعنا والقبيم الغربسية فظهرت

سلوكيات سيئة بين الكثير من

أن الإحساطات المتراكمة بسبب تمكك الأسسرة، يؤدي إلى وجود نزاعات داخلیت لدی الشبـــــاب، فالعائلية عندسا تتفكيكلا تستطيع أن تلبسي الاحستياجات التفسيين والمادين لأبستانها ، مما يدفع بهؤلاء الأبناء إلى التعبير عن ذاتهم بسطرق مختلفة حستى وان ببالإضافة إلى ما يعانيه الشبساب من

الراي الاجتماعي

يعتبسر الباحسثون الاجتماعيون أن أسباب انجراف الشباب نحنو كل ما هو غربـــــي، كثيرة ومتنوعة ومتشعبة، وريما من أهمها:

 الفــراغ الفحكـــرى والعاطفــــي بالإضافة وتشتت شبابنا بين أصالة الماضي وحداثة المستقبس وعدم إمكانية الجمع بينهما ،

- الإحســـاس بالنقـــس وضعف الشخصية، فالتقليد يسبب خللا في شخصية المسلم والشعور بالنقص والصغير والضعيف والانهزاميية شم البعد والعزوف عن منهج الله وشرعه وتضمير الكثير من العلماء والأهل هي شسرح مزاياه وابسراز محاسسته. والمشكلة أن شبابنا لا يقلد الغرب هى الأشـــــياء المطيدة مثل العلم والطب وغيره بسل أن تقسليدهم الأعمسي ينصب علسي الجوانسب السلبية فى الغرب فقــط وهذه هي المصيبة التي يجدر بشبابنا التنبية لها، فتجد شابسا موريتانيا يلبسس ملابس غريبت ومضحكه أحيانا ويقسول هذه موضح لأنها ملابسس

- ضعف التربية والتوجيه الخاطئ للأجيال لأن التربسية هي أسساس النشء وموضع ترسييخ المفاهيم السليمة ونقطة التحول هناأن يتربى الشاب أوالفتاة على محاولة البحث عن الترفيه بسدون قسيود واضحت وصارمت فلاغرابت بسعد ذلك أن ثرى الانجراف الكبسير من قبيل هذا الشباب نحبو المعتقبدات الخاطئة كربسط الالتزام الديني بالعادات والتقاليد الباليت

الفنان فلان الفلاني.

 وســــائل الإعلام؛ كالتلفاز الذي يعتبسر من اخطر وسسائل الإعلام وأكثرها تأثيرا بسالعائلة حسيث يقضى الشباب الساعات الطوال أمام التلفازينصتون بــــــــــأفكارهم وخيالهم لتلك الفضائيات غيسر الملتزمة والتي تتخذ من الانحسلال طريقنا للشباب، حبيث استطاعت الأفلام الغربية ومثيلتها من الأفلام العربية في غالب الأحيان التسلل إلى عضول وعواطف ومشاعر جيل الناشئن والشباب، وقدمت النموذج

شبابنا ، كإحدى النتائج الخطيرة للعولمة، مثل نوعية الموسيقيين التي يسستمعون إليها أوالأفلام التي يشناهدونها أوعلاقناتهم بسالجنس الأخر وطريقت لبسس الملابسس وطريقة قص شعرهم، أوحستي علاقتهم بأسسرهم من حسيث

الغريسي على وجه الخصوص يسأنه

والاجتماعية الراقية.

البحث وأفاق المعرفات

النمسوذج الوحيد للحياة الثقافية

- التقدم التكنولوجي المتمثل في شبـــــكة الإنترنت وخاصة مع الهواتف المحــــمولة التي دخلت البيوت دون استندان حيث أدخلت معها المساد والانحلال الخلقي بأبشع صوره، من غير رقيب ولا وازع ديني أو أخلاقــــي يدلهم على الخير، أو يرشندهم إلى القوائد العديدة لهذه التكنولوجيا التي قربت البعيد وتوعست وعسددت وطسورت مصسادر

ءانبهارالشباب بالغرب، حيث انبهر الشبياب بالحضارة الغربيية وذلك بسيسب التقوق الغريسي يسالعلوم والصناعة والتكنولوجياء فيخلط شبابسنا بسين القسيم الغربسية والتكتولوجيا الفربسية ويظنون أن الغرب متفوق ون علينا في كل شي حتى القيم والتقاليد والعادات دون إدراك أن الغرب متقـــــــــدم تكنولوجيا فقــــط ومتأخر في جوائب أخرى روحسيت وأخلاقسيت واجتماعيت.

الحلول والمقترحات:

أما الحلول فلا تضع على الشباب، بل على المجتمع بــــأكمله، وتتمثل ببخطوات عديدة وتوجهات مدروست ومنهجيت من أبرزهاء

- الرجوع إلى الله بالالتزام الحقيقي وليس الصوري طبسعا بستعاليم ي الحسنيف وعاداتنا وتقسساليدنا وجود القدوة الحسنة في البيت والمدرسة والتعرف على الثقسافة الغربية الخارجية، والكشف على مواطن القوة والضعف فيها ، ودراست سلبياتها وايجابياتها ببرؤية تربوية إسلامية متفتحة، غايتها البحث التناقــــــضات التي تكتنف هذا الفكر.

- أن نساح شبابنا بالمعرفة حتى لا

يغرق شبابنا ، وذلك بتضافر الجهود بين المؤسسات الإعلامية بكافة أشكالها وتنوع أساليبها المرئيت منها والسسمعين والمقسروءة.. لخلق مناخ آمن وسيباج ضامن لمستقبسل الجيل الواعد ، بسعيدا عن التشسدد والتزمت والعنف والتعصب.. بـــــل بالكلمة الطيبة الهادئة والهادفة والمقسرونة بسالعطف والحسنان والتوجيه الحازم بالرفق والموعظة والحسوار، مع احسترام الخصوصية والشعوريا لمسؤولية تجاه الأبناء.

العولمة والهوية الثقافية

-توفير بـــرامج إعلامين ذات هوين إسسلامية تواكب في تقسنيتها وجودتها المستوى العالمي المطلوب من فن واخراج كي تنافس شركات صناعة البسرامج السسينة لا في الحصول على الأموال بسل تنافسهم باستضطاب أبسنائنا لها ومشاهدتهم لمئتجاتها وتحسظى بثقستهم بسما تحتويه من أسس وعادات وتضاليد أمن الإسلام.

- أن تقسوم الأسسرة بسدورها اتجاه الأبناء بأن تكون الحيضن الدافئ التي تكسب ثقت أبنائها مما يجعلها مصدرتوجيه الشبيساب لحيسب وتعظيمهم لهويتهم الثقــــاهيــــا والاعتزاز بسهاء والتمرف على آليت الانفتاح على الأخرين والاسستفادة من التقدم العلمي، وتطوير ثقافتنا. الشبابــــــنا، يتوجب على مختلف مؤسسات الدولة ومنظمات المجتمع المدنى أن تكثف جهودها وتبهدل المزيند من العمل وتفعيل الخطيط والبرامج والاستراتيجيات المتعلقة بالشباب وأن تتجه بكل إمكاناتها إلى معرفة توجهاتهم والاقتتراب من همومهم واهتماماتهم وما يتبسسغي توفيره لهم مئ عناصر ومهارات المعرفة وترسيخ المفاهيم يستطيعون من خلالها مجابسهم تحسسديات العولمة والتطوق على الصعاب والمشكلات بعقلانيت.

الشعب: يومية ـ وطنية ـ إخبارية ـ جامعة

LICIL (D)

الدكتور الشيخ محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي في حديث لـ"لشعب":

■نظرة المجتمع الموريتاني للطب النفسي بدأت في التغير مؤخرا

■ التعاطى مع وسائل التواصل الاجتماعي يجب أن يكون حذرا وإيجابيا في هذا الظرف الصحى الخـاص تفاديا للتداعيات النفسية السلبية

في دروب الحسياة، تتراكم الأحسداث وتتزاحه الصور، وتترككا جزئية بصمتها نقشا في جدار الشخصية. يدورنقاش مستمر حول اهتماء الفرد في يعض المجتمعات بالصحة الجسدية، ومراعاته الدقيقة لاختلالاتها في مقايل تجاهله للجانب النفسي ارتهانا لحواجز وهواجس منها الذاتي ومنها المجتمعي وتخوفا من نظرة سلبــــــيـَّ

تلاحق من يدخل دائرة الاتهاء بالاضطراب النفسي. في الفترات الاستثنائية كالتي يعيشها العالم حاليا ، في فلل جانحة كورونا وما فرضته من قبود على الحركة وما خلفت من أزمات، يعود الطب النفسي إلى الواجهة بضوة، لتطرح إشكاليات حول أليات التعامل في النطاقين العام والخاص معهدا الظرف

تحاور جريدة "الشعب" الدكتور محمد فاصل ولد عيدي ولد اكوهي الطبيب المقييم في تخصص الأمراض النفسية العصبية والعقبلية وطب الإدمان بسفاس في المملكة المغربسية، للحسديث عن مختلف المفاهيم والمواضيع المرتبطة بالصحة النفسية، وعن الأساليب الأمنة لادارة فترة الحجر الصحي.

■ أجرت الحوار: بلقيس بنت إسماعيل

الدكتور محمد فاضل ولد عبـدى ولد أكوشى: في البداية أتقدم لك بالشـــكر الجزيل وعظيم الامتنان على الدعوة الكريمة...وهي مناسية لاشك أنها مهمة من أجل تسمليط الضوء على مجال حسيوي جدا ومهم جدا ليس فقط في ثقه الصحى بل في الجوائب الأخرى التي تمس المجتمع في صميمه مثل الاستقسرار المجتمعي والتقـــــدء المعرفي والنهضة الاقتصادية وكذلك البعد الأمني.

الشـعب: بـداية، أود منكم أن

تعرفوا القـــارئ على الدكتور

محمد فاضل اكوهي

وهي كذلك مناسبة لتصحيح الكثيرمن المفاهيم المغلوطة عن الصحية النضيية سيواءما تعلق يــــــماهيتها أوباضطرابــــــاتها أوعلاجاتها عسده المفاهيسم التسي انتشرت للأسف الشديد في مجتمعنا والمؤسف أكثر أنه أحيانا قد يتساوى

بالنسبة لسؤالك الأول... الشبيخ محسمد فاضل ولد عبسدي ولد

فيها المثقف مع العامي...

اكوهى من مواليد مدينة النعمة في ثمانينات القبرن الماشي...تريبيت في شسمال موريتانيا يسسمدينت ازويرات وبسعدها انتقسات للعيش بسالعاسمة انواكشسوط حسيث أكملت تعليمي الابستداني، ثعر أكملت السسنة الأخيرة من الإعدادية في قرية معط مولانا حبيث حبسلت فيها على شهادة فتع الدروس الإعدادية ثم عدت من جديد إلى نواكشوط ، حيث حصلت الطبسيعية، ثم انتقسلت بسعدها إلى مدينت وهران بالجزائر لإكمال مسار الطب البشري العام بسها .ثم تخرجت منها وحصلت على شبهادة الدكتوراه يسالطب البشسري العام مثها وعدت للوطن ثم قسررت يسعدها السسفر للملكة المغربسسية ومدينة فاس تحديدا لإكمال التخصص الطبى فيها والذي مازلت أحضر له حاليا وفي مرحسلة أخيرة منه لله الحسمد وهو الأمراض النفسية العصبية والعقلية

الشــــعب: ماذا يعنى لك الطب النفســـــي؟ ولماذا اخترت هذا التخصص تحـــديدا؟ وهل كان

هناك تقسل لاختيارك من قيسل محيطك الأسرى أم واجهت رفضا الدكتور محمد فاضل ولد عبيدى

ولد اكوهى: بالنسية لدراسة الطب البشسري العام كانت لي قسسة مع الموضوع وهذه القصة مرتبطة بأمي حفظها الله ورعاها ..وهي أنها لقبتني بـ"ابتى الطبيب" منذ الصغر...سبحان الله كان إلهاما لها أجراه الله على لسانها وكيسرت معى تلك الأمنيح، وفعلا عندما بلغت سئ الرشد وجدت أنه هو التخصص الذي أجد ذاتي فيـه يسل وأحبسه نظرا ليسعض الصفات الجميلة التسى تميسزه مثسل العطساء والتضحيج والصبر والسعى في خدمج النَّاس وتَخْفَيفَ الألم عنْهم، وهو ما جعلتي أختاره

أما اختياري الطب النضييي فقسد

اكتشيفت هذا التخصص عندما تعرفت عليه أثناء مسارى في دراست الطب العام وأعجبستي كونه يهتم بسثلاثت جوانبهي الجانب الثقسافي السوسسيولوجي الحسشاري والجانب البسيولوجي والجانب العصيسي. هذا التخصص يعنى لى الكثير.. فإذا كان طبيب القلب قد يعالج مشاكل القلب والشرايين وأمراضهما مثلاء فإن الطبيب النفسي قد أخذ من الإنسان عضله وتضسه ومشاعره وذكرياته وسيسلوكه وهذه الأمورتمثل جوهر الإنسان وسسر تميزه عن باقسى الخلائق..والألم النفسسي الناجم عن الاضطرابات النفسية أشد قسوة من باقس الأمراش العضوية لعدة أسبساب منهاء وهبوما أرجبو أن يتغيبر طبي المستقبل الوصمة المجتمعية التي تمنع كل من يعاني من مشــــاكل تفسيح من البوح بها والبحث لها عن علاج، وبالتالي يجد المريض نفســه يعانى مرتين مرة بمسقعل الاضطراب ومرة أخرى بــفعل كتماله. كلالك الطبسيب الثفسسي يجب أن يكون شسخصا متقسنا لفن الإنصات، يتميز بالثقافة الموسوعية لكي يكون قسادرا على مد جسسور التواصل مع المريض، وبالتالي مد جسور الثقة في ما بـــعد... ومن الأمور العظيمة التي

تميز الطبيب النفسى أنه مصروء من

الدعاية المشبروعة التي يتمتع بسها

زملاؤه بمالتخصصات الطيسية الأخرى فمثلا يمكن أن نجد مريضا يقول لقد عالجني طبيب العيون عن مشكلة معينة في عيوني ولكننا لـن نجـد شخصا يقول، "لقد عالجني الطبيب النَّمْسي المُلاني" وهذه أمور تريسي هي نضن الطبيب النفسسي روح العمل في صمت والأبــــتعاد عن الرياء، وهذه مفاهيم قسيمية إنسسانية أرى أنها عظيمة وتستحق التوقف عندهاء

طبيعا عندما اخترت التخصص وجدت الكثير من الانتضاد من طرف الزملاء والمعارف فبعضهم يصفه بأثه تخصص المجانين، والبعض الأخر يقول بأنه لا مستقيسل له في موريتانيا وأن من يريد أن يعيش حياة مرتاحة ماديا عليه ألا يختاره...الخ. ولكن قسناعتي أصلا أن لا أعير انتباها لتلك الأراء فقناعتي به کتخصص قند تشکلت وصارت الأهل فلقبد شبجعوني خصوصا أبسي رؤيات عميقة وفهم للتخصص

أخيرا القسناعة الراسسخة الثي تشكلت لدى حساجة بسلدي لهذا التخصص وملامح المعاناة التي كئت أعيش تفاصيلها كل يوم يحسكم أيضًا كان عاملا أخرا حــــمزني على الاختيار

الشعب: لنبدأ يتحديد أوتقريب للمصطلحات.. ماذا تعنى عبارة مرض نفسي"؟ وما الفرق بينه وبين المرض العقلي؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: عبــــارة مرض نضــــــي أوعلى الأصح اضطراب تقسى. قيــــل الحسديث عنها يجبأن نتحسدث عن مفهوم الاضطراب ومفهوم الصحسبة فيما يتعلق بـــالأمراش النفسسية والعضلية. طبعا من الصعب تحديد ماهيم المرض في الطب التفسيي بشكل بسيط ومباشر مثلما هو الحال في الطب الجــــمي، ويــــالمجمل، فالصحبة النفسية هي القيدرة على ممارسين الحسياة العملين والنشساط اليومي بطريقك تحقيق الفاعلية العادية والاستقييلال المناسيب وكذلك تحقيق التكيف مع

المجتمع الأوسيع وتعطي الضرصن



الخميس 13 شوال 1441هـ الموافق: 4 يونيو 2020 م

لممارسة القسدرات وكل ذلك مع درجتزمن التوازن الذاتي تنتضي معها الدرجات الجسيمة من المعاناة أي أن الصحسة النفسسية هي الفاعلية والتسواق والتكيسف مسع الأخريسن. وعليه فإن الاضطراب النضسي يمكن القسول عنه إنه كل ما خالف تلك التعريفات التي ذكرناها سابقا.

الاضطرابات النفسية هي عبارة عن مشاكل مرتبسطة بالقسلق والتوتر والخوف والحسيزن ويمكن أن تصيب غالبية البشرفى مراحسل معينة من حياتهم مثل الاكتناب ونويات الهلع أوالقبلق ومشباكل النوم ...والوسواس القسهري، أما الاضطراب العقسلي الذي هو مشحكات مرتبطة بحلل في التفكير والتحليل والريط والانفصال عن الواقع..وهو يصيب ما نسبته 5٪من السكان ومثله مرض الغصام مثلا.

بخصوص الاختلاف في التسمية بين الاضطراب النضسي أوالعقلي هذا سوف أحدثكم انطلاقنا من تصنيف ريسما يكون قسديما شسينا ماء ولكنه سيقـــــرب الصورة للقـــــارئ.. فمثلا المريض النضسي يدرك مشكلته وقند يسنعي إلى حسلها ، بسيتما يجد المريض العقسلي مشسكات في التفكير بأنه مريض أويحناج إلى أي

من السهل إقساع المريش النصب أنه بحساجة للعلاج أما المريض العقسلي فيرفض العلاج والمرض من الأساس ما قد يسبب في تدهور الحاليّ.

في أغلب الحالات لا يشكل المريض النفسسي خطرا على نفسسه أوذويه عكس المريض العقسلي فقالبسا ما يشكل تهديدا لنفسه وللأخرين

الشعب: ما مدى العلاقـة بــين المرض النفسي والمرض العضوى؟ (نتحدث مجتمعيا عن الحـــموضة وأشـــياء من هذا

القبيل)؟ الدكتور محمد فاضل ولد عبيدي وثنائية وذات اتجاهين في ما يتعلق بسالتأثير والتأثر، فالجانب النفسسي السلبسسي أثناء الاضطراب يعكن أن يؤثر على الجانب العضوي، مثلا الضلق والخوف يمكن أن يسببسا بسعض الأمراض القلبـــــية والهضمية إصابية الشخص بمرش عضوي بعد فترة سوف تظهر عليه مخلفات نفسيخ يسببسه مثل الحسرن والقسلق المعمم والاكتئاب والوسواس الخ..

أما قسضية الحسموضة أوما يعرف ب "المجبسنيّ فعندما نتتبسع الأعراض التي يصفها المرضى نجد أنها لا تمت يستصلت لأمراض الجهاز الهضمي واتما هى اضطرابـــات نفســـيـۃ في مجملها وينسب ﴿ تَصْوَىٰ 80٪ وأنا مســـؤول عن كلامي. الذي يخضّى على النّـاس أنّ القسلق والخوف والاكتناب يمكن أن يسببوا مشاكل بالمعدة أوبالضولون

الشـــعب:ما هي الأمراض الأكثر شيوعا لدينا وفي المنطقة بشكل

الدكتور محمد فاضل ولد عبيدي بسمجتمعي ومعرفات الإشسكالات الصحية التي يعيشها على الصعيد النفسى فإننى لاحظت أنه تنتشر فيه الاضطرابيات المرتبيطة بالقيلق مثل توبـــــات الهلع أوالفزع، كذلك اضطراب القــــــلق المعمم وكذلك اضطرابسات الفوبسيا بسكل أنواعها والوسسواس القسهري.كذلك الاكتناب واضطراب كرب ما بسعد الصدمة وكذلك اضطراب ثنائس القطب والغصاء ...طبعا بالإضافة إلى اضطرابات الشخصية بجميع أنواعها الهيستيرية والحندية والوسواسية والعدوانيت..

الشعب: متى ينبغي أن نذهب إلى الطبيب النفسى؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولسد اكوهسي: اودان اوضح هنا، يخصوص التوقيت المناسب للذهاب وطب الإدمان.

إلى الطيسيب النفسسي، أمرا بسالغ الأهمين، وهو أنه مثلما نمرض كبشر ونذهب للعلاج عند الطبسيب العضوي فإنه من الطبسيعي، ويسبسب ظروف الحسياة المختلفة وضغوطها وعوامل عديدة؛ أن تعيش بـعض المشـــاكل النفسية التي تحسناج العلاج أوالمسساعدة ويجب أن لا نهمل ذلك: لأن الاضطراب قسد يتفاقسم ويصير أكثر حدة بعدما كان بسيطا...

يجبأن يفكر الإنسسان في الذهاب إلى الطبيب النفسي عندما تتأثر هذه الجانب المعرفي، بسمعتى دراسسته إن كان في سن الدراسيّ أوعمله إن كان

- الجانب العاطفي، عند ما يلاحـــط حبزنا أوقلقنا أوخوفا أوتبسك مشباعر بـــصورة مبــالغ فيها وتجاوزا فترة الأسبوعين..

 الجانب العلاقـــاتي مع الأســرة والجيران والأصدقياء وزملاء العمل

- الجانب السلوكي عند ما تلاحيظ اتحرافات في السلوك...

الشعب: هل تعتقد أن الأمراض النقسسية تشسهد تزايدا أم تراجعا؟ ومنا هبى القشنات العمريسة الأكشر تعرضا للإصابة بها؟ الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: في الحقيقة، وللأسف الشديد فإن الاضطرابات النفسية والعضلية هي في تزايد في المجتمع، وذلك يعود لعدة أسياب متهاء

- الانعداء شبه الكلي لقسم يعنى بالطب النفسي بالشكل الذي يجب أن يكون عليه ، على صعيد المصادر البشــــريـّ، وكذلك المنشـــــآت والخطسط العلاجيسة للتكفسل

- بعش العوامل المجتمعية مثل كثرة رَيْجَاتَ القرابِيِّ، وهو ما يزيد احــتمال الإصاب والاضطرابات بسفعل زيادة نسية الاستعداد الوراثي للإصابة... - الإهمال الذي نقابسل بـــه كل ما هو اضطراب نفسي ونتركه حتى يتفاقم أونسلك له طرقا ومتاهات لا تعيد في شيء..- طبيعة الحياة الضاغطة اليوم التي تطيــــع عالمنا وتميزه... كذلك وجود الصعويـــــاتعلى الصعيد الاقــــتصادي وكذلك المجتمعي ...

 انتشارظاهرة جديدة تستدعى دق ناقيوس الخطر،هي ظاهرة الإدمان على المحدرات، وللأســف هي تئتث فيفثة الشيساب التي تعتيسر أصلا الأكثر عرضة للاضطرابـــــات النفسية والعقلية

الشـــعب: كيف تقـــيمون نظرة المجتمع الموريتاني إلى الطب النفسي؟ وهل لاحــظتم بــوادر وعي يدوره؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبيدي ولــد أكوهــي: نظـرة المجتمــع الموريتاني للطب النفسيسي تغيرت نسبسيا في الفترة الأخيرة رغم أنها لم تصل بسعد إلى المستوى المقبسول والمطلوب، ومع ذلك فقسد بسندأت تتشكل بسوادروعي مجتمعي تبشر بــــخير بــــهذا الصدد ... وهذا أمر

يسعدني وأعتب ردمريحا لجهد من البسدل والعطاء وخوش غمارمعارك توعويۃ ندرت نفسی لها منڈ ما پریسو على الثلاث سنوات خصوصا في وسائل التواصل الاجتماعي، لقناعتي التامن أن المعركة الحقيقسية هي معركة الوعى، وأعتقد ولله الحمد ، أن ذلك الجهد أثمر ويسدأ الناس يسالاهتمام بهذا المجال وتتبع أخباره، رغم أنه لكي نصل للهدف المنشود لابسد من تكاتف الجهود الرسمية والطبسية والإعلامية من أجل الارتضاء بالصحة النفسية إلى المكانة اللائقة بها.

الشعب: بالحديث عن هذا الظرف الصحيى الخاص جراء انتشار فيروس كورونا، ما هي التأثيرات النفسسية للتغير العفاجئ في نعط الأشخاص؟

الدكتور محمد قاضل ولد عبدي ولد

اكوشي: كما تعلمون أن المجمعات أحسيانا يمكن أن تعيش ظروها استثثاثية من قبيل الحسروب أوالكوارث الطبيعية أوالأوينة مثل ما تعيشه الإنسانية الأن في قلل وباء كوروناء وهذه الظروف تصاحبيها طواهر سلبية للأسف الشديد تلقي نفسياتهم يشكل خاس، فعثلا نحن الأن أماء فيروس جديد على الساحسة العلمية والطبسية ومازال مجهولا ولم يكتشف له بعد علاج فعال أولشاح يحمي منه وهو فيروس سريع الانتشار والعدوى، وقد تسبيت هذه الأمور في ظهورموجات من الهلع الجماعية بين النَّاس، زَادتُها كثرة الأخبــــــار المتضاريب تزالمتناقيضة وغير الدقيقة والتي جعلت الناس يفقدون الثقة ويعيشون حالة من الارتباك والحيرة والتيه والقلق والترقب أثرت عليهم بشكل مباشر، وتسببت في ظهور الكثير من المشاكل النفسية المرتبطة أساسا بالضلق ويبالصدمة والخوف والاكتئاب، وطبعا هذه أمور سوف تؤثر على العلاقات البينية بين الناس، وهو ما ترجم لحـــالات من العثف اللفظى والمعثوي وحسسالات الطلاق بــــين الأزواج... وعليه فإن الناس الأن يعيشون حسالة من القسلق والتوتر والهلع وينظرون للمستقبسل بكل قنامة وحيرة، وهذه أمور أثرت على السلوك السسوي عند التاس

ففى هذه الظروف الناس يختلفون في طريقـــــة التعاطي مع الصدمات ويتمايسزون فسي التكيسف معهسا وامتصاصها... وبالتالي فهذا الوباء قد يؤثر على من يعاني أصلا من الهشاشـــــ النفسية أويساهم في التكاسم من لديهم اضطرابات نضيت الشعب: كيف ينبخي التعامل مع الأطفال في هذه الفترة حسيث لا

بشكل عاء.

مدارس ولا محاظر ولا لقاء مع الأصدقاء؟ الدكتور محمد فاضل ولد عبـــدي ولد اكوهي: تختف ردود الفعل لدى الأطفال الناجمة عن الضغط النفسي، فقد تأخذ أشكالا مختلفة تتراوح ما بسين زيادة سلوك

التعلق لديهم وكذلك مشاعر الضلق والقضب والانسحاب والهيجان، كما قند يظهر عليهم عرض قلقني آخرهو التبول اللاإرادي، ولذ لك فمن الجيد والواجب التدخل السريع والمناسب من أجل مساعدة الطفل بالشكل الصحبيح بطريقة تشعره ببالأمان والراحج والحب وتخصيص وقت كاف للتواصل معهم بشكل مناسب وفعال. من الجيد تضديم حضائق حسول ما يجري بشرح مبسط وتقديم معلومات حول كيفية الحد من انتشار المرض باستخدام وسائل بمكن فهمها وفضا لفنتهم العمرين بطريقة مطمئنت ويجب أن ننتذ كر أن الأطفال يأخذ ون

مقابلة

دلالاتهم الشعورية غالبا من البالغين المهمين في حياتهم لذلك فردة فعل البسالفين على الأزمن مهمي جدا أمام الطفل حتى لا يتأثر سلبيا بها.. وهنا يجب أن نقسوم بستنظيم روتين يومي للطفل يوفر له مساحسة لممارسية أنشطار معينان تجمع مايسين الإفادة والمتعج والراحب حبتى نعمر عليهم وقسستهم لكي لا ينال منهم الصراخ وبالتالي يؤثر على نفسياتهم.

الشعب: تتعاملون بشكل مباشر مع المصابين بفيروس كوروثا، ماهيى الأفكسار الخاطئسة الأكثسر تداولا لديهم؟ وكيف تساعدونهم على التغلب عليها؟ الدكتور محسمد فاضل ولد عبسدى ولد اكوشي: من خلال تجريستي مع مرضى كورونا لاحظت أن الأفكار السائدة عند غالبــــية المرشى هي أفكار سلبينة وهذا مبسرره وتطسره الحسالة الصحية المرتبطة بالفيروس، وهي أفكار فلقية بالأساس تتحدث عن الفيروس وخطورته ومآلاته والموت... الخ، وهنا كنت أصحــــح لهم تلك المفاهيسع المغلوطسة عندهسم المرتبطة بالفيروس أوبالإصابة به، وكذلك أقدم لهم نصائح بخصوص التكيف معه ، والتعاطى بــــكل مرونيّ حستى تتجا وزهده المحسنيّ، وكنت أستخدم في ذلك وسسائل الدعم النفسي العديدة.

الشعب: أعلنتم عن مبادرة لتقديم الرعاية والدعم النفسي للمصابين بفيروس كورونا في موريتانيا.. أيسن وصسل ذلسك المشــروع؟ الدكتور محـــمد فاضل ولد عبـــدى ولد اكوهى: عندما فلهر الفيروس بالوطن للأسف الشديد وبدأت انعكاساته تنتشر خصوصا التقسين مثهاء ويحسكم المسؤولية الوطنية والمهنية قسررت المسساهمة في الجهود الرامية لمحاريسة هذا الداء وانطلاقسا من الخبرة والتجربة التي مررثا بها قبررت تلك الرؤيج حستى أنهيتها وأطلقست مبادرتها وقد لاقت صدى كبيرا جدا في نضوس التباس وخصوصيا أنتبي صاحبتها بمبادرة أخرى كانتهي الأولى في البلد وهي معتيمٌ باستقبال

الاستشارات النفسية عن بعد. وقسد تواصل معي الألاف لله الحسمد ، وكانت معي زميلتي وأختى المسيدة

المحترمة دكتورة هالة ببانة وهي مد رین حیات مدیرة مرکز مهارت. أما في ما يخص المبادرة فهي تستهدف أولا كل المصابين بكوفيد 19 في البلد سواء من مثهم بالحجر الصحي أويالحجر الذاتي، وكنت على تواصل مع بعضهم يوميا. وقد لقيت تفاعلا إيجابيا من لدن الإدارة والطواقيم الطبيات

الشــــعب: كيف يكون التعامل الأمثل مع ما تنشره وسسائل الإعلام ووسسسائط التفاعل الاجتماعسي لتفسادى تأثيسره السلبي على النفسية؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوشى: أرى أن طريقة التعاطى مع وسسائل التواصل الاجتماعي يجب أن تكون حد رة وايجابية، والا سوف تخلف تداعيات سلبيين نفسية عديدة لأنها الأنهى السبب الرئيسي وراء موجم الهلع والقلق..الابتعاد عن تتبع أخبار الفيروس عبرهذه الوسائل ضروريء لأنها ليس أمنت بطعل الأخبار الكاذبة والمضطربة والمتضاربة، وأنصح بممارست الرياشة من أجل الحدمن تلك الأثار المترتبة عنها. أنصح بساعتماد مصدروحسيد لتلقسي المعلومات، وهي الجهيات الوصيسيّ،

والأفضل أن تخصص وقسنا قسليلا جدا لتتبع أخبار الفيروس واستغلال الوقت في كل ما يريح النفس ويفيدها ويشغلها عن التمكير السلبي.

الشعب: ماذا أضافت لك دراســة الطب النفسي وتجربة العمل في ميدانه؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبىدى ولد أكوهي: ما أضافته لي دراسيتي للطب النفسي كثير بصراحة.. ومن الصعب التعبييير عنه في عجالي، أعتقسد أنثى أملك الأن فهما أعمق وأنضج للحياة، وتفهما أكثر للسلوك البشري، وبالتالي قدرة على التعايش مع مختلف أنواع البشر.. هذه التجريبة باختصار شديد مكنتني من أعظم سلاح بشريء وهوسلاح المرودين هذا السلاح الذي إن امتلكناه عشنا حياة خالية من العلاقسات السسامة ومن الصدام ومن الحسرن ومن القسلق؛ لأنه بـــاختصاريعلمنا منطق التكيف ومبدأ الصيـر وسلوك الرشاد...هي فرصة كانت مناسبة لتتسع الرؤية عندى للحياة من زوايا مختلضًّ، وريـما لم يكن ذلك ليتاح لي لو لم أعش هذه التجريسية التي عرفت خلالها أن الإنسسان أعظم مخلوق، من خلال دراست عضله ونفسيته وأحاسيسه وسلوكه مي بسلا شسك تجريسة

الشعب: هل تذكر قصة أوموقفا معينا أثر فيك أورافقك تأثيره خلال مســـارك المهنى؟ الدكتور محسمد فاضل ولد عبسدي ولد وكلها مؤشرة، ولكن يمكن أن أتحدث عن مريضة بمرض القصام سألتأخاها عنءن يشسرف على صحتها فضال ليأنا ، فضلت له هل

أنت متزوج؟ فقــــال لي كلا لم أستطع الزواج وقبررت المكوث مع أختى المريضة، حستى أشسرف بشكل مباشرعلى علاجها ، السيدة مصابح بمرض القصام ومع ذلك استطاعت أن تميز عمق كلامه وانفجرت بالبكاء وصارت تقسول بسكلمات متلعثمن وصوت مبحـــوح... هو لم يرد أن يتخلص مني كما فعل إخوتي وأخواتي.. فقـــد ضحـــی بـــکل شــــيء متى وأنت تشــرف عليها فقـــال لي مند 32 سنچ

07

بـــعد خروجهم..عرفت أن الدنيا لا زَالت بـــــخير ...وأن الأخوة رجولنّ والرجولة قيع والقيم تعني أن نرعى من تحسب ونهتم بسه ونضحسي من أجله .. خصوصا بين الأخ وأخته. الشـــعب: هل من نصائح عامة نختم بها هذا الحوار؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبيدي ولد أكوشي: هي حُتام اللقساء أجدد شكري لكم على هذه الشرصة الطيبة، وأتمنى أن نكون قند أثرينا الحسواريسما يعود يسالنفع على وعي المواطن يسخصوص مجال الصحست التفسيح، والذي ما زَالَ للأسف الشديد دون المستوى المطلوب في بسلدنا رغم أننا فسادرون على التقسدم أشسواطا عديدة فيهذا المجال...

وأخيرا أنقل إليكم بعض الإرشادات المفيدة في هذه الظرفية الحساسة... يجيب علينا أن تعلم أن،

- الضغوط الحياتية والتوتر والقبلق والخوف هي ظواهر إنسانية قديمة موجودة مع وجود الإنسان ذاته لقول الله سبحسانه وتعالى ﴿ لَقَـــد خَلَقْنَا الإنسان في كيد).

- الشعورب الضغط النفسى والتوتر والخوف هو أمر طبيعي وليس معتى أن تكون لديك تلك المشاعر أنك إنسان ضعيف أوجيسان أولديك خلل نفسى أوديني.

- الخوف الزائد والهلع النفسي والذعر ليست الاستعداد الأمثل للخطر، بـل النضسي التي تضرب جهاز المناعج وتجعلنا أكثر عرضة للأخطار مواقع التواصل الاجتماعي عامل مهم وأساسي في الحبصول على المعلومات، ولكنها أيضا عامل مهم من عوامل زيادة الإحبساط والتوتر والقسساق والاكتناب فلذلك ننصح بالحسد والتضليل من استخدامها هي أوقسات الأزمات واستبدالها بالتواصل المباشر مع الأبناء والعائلت...

- الإجهاد واليقسظة المقرطة لتتبسع الأخساربهوس يزيد من تردي الوضع النفسي للأشخاص، ويمكن أن تسبب أوتزيد بعش الاضطرابات النفسيج، والتي منها هوس أووسسواس النظافات والعزلة وغيرها من المشــــاكل، كافية من النوء، مع الاعتناء بالذات، والتعامل مع موضوع النظافة كمثهاج حياة وليس ردة فعل لحدث الخبيس 13 شوال 1441هـ الموافق: 4 يونيو 2020 م

رغم أن الدراسيين لا تزال في

مراحسلها المبسكرة فإنها قسد

تساعد على التقطيل من نتائج

أفادت مجلم "وايرد" الأميركيس

بأن الأبحاث المبكرة أكدت أن

خوارزميت غوغل يمكتها

تحسين جودة ودقسة فحسوصات

الثدى بأشــــعت "الماموغرام"

وذكرت المجلسة التسي تهتسم

بالتضنيات المستجدة فى مجال

الثقسافة والصحبة وغيرهماءأن

واحسدة من كل ثماني نسساء

سيجري تشخيصهن بسمرض

وفي محساولة لتسسريع عملية

الكشيف، جرب باحستون

خوارزمين التعلم العميق للتعرف

على ــــرطان الثدي في أجهزة

المسيح الضوئية بدقية

اختصاصي الأشسعة نصسها أو

ورغم أن الدراسية لا تزال في

مراحلها المبكرة فإنها قلد

تسساعد في نهاية المطاف على

التقطيل من نتائج الفحسوصات

الخاطئة في الولايات المتحسدة وتخفف من حدة النقص في عدد

فنيى واختصاصيي الأشسعة في

بريطانيا، حسب المضال الذي نشرته المجلة للصحيفية

ووفق تعريف موقع ويكيبيديا

الإلكتروني، فإن التعلم العميـق

هو مجال بحــــث جديد يتناول

إيجاد نظريات وخوارزميات تتيح

للألت أن تتعلم بنفسها عن طريق

محساكاة الخلايا العصبسية في جسم الإنسان. وهو أحمد طروع

العلسوم التسي تتنساول علسوم

أما الخوارزميّات فهي مجموعة من

القسيسواعد والأوامر التي ثنطة

بشكل متسلسل ومنظم لحسل

ولما كان الكشف المبكر عن المرش عاملا أساسيا في العلاج،

فإن النسساء اللائي تجاوزن سسن

الخمسين يخضعن للفحسس في

الولايات المتحسدة وبسريطانيا

حستى لو لم تظهر عليهن علامات

ويمكن أن تكون نتائج الفحص

السلبية غير صحيحة وحينها

وتعكف شــركة "ديب مايند"

التابيعة لشيركة غوغل،

بــــالتمان مع هيئة الخدمات

الصحية الوطنية البريطانية،

علي تطوير الذكاء

الإصابة بسرطان الثديء

قد يكون السرطان مميتا.

الذكاء الاصطناعي.

مشكلة معينة

ئيڪول ڪوپي.

سرطان الثدي أثناء حياتهن.

الفحوصات الخاطئات

السيئية

افضل منه.

خوارزمية لغوغل قد تفيد

في الكشف عن سرطان الثدي



كثيسرا ما يتعسرش الهاتسف الذكي للبـــلل خلال فصل الخريف بسفت خاصت بسبب هطول الأمطار أو الوقسوع في بركة مياه، فضلا عن حالات انسـكاب الســوائل عليه في المكتب أو المقيي مثلاً. فكيف يمكن إنضاده هي مثل هذه الحالات؟.

وللتعامل مع مثل هذه الحالات، أوضحت مجلة التكثولوجيا "I3n" الألمانية، أنه يتعين

على المستخدم إيضاف الجهاز هورا للحسيلولة دون حسدوث أعطال كهربائية، مع ضرورة خلع البطارية إن أمكن. وتتمشل الخطوة التاليسة فسي

تجفيف الهاتث الذكي، وذلك من خلال تفكيك جسم الهاتف وإخراج بطاقت SIM ويطاقسة الذاكرة، ولف الهاتف في منشفة ورقبية، ثم وضع الهاتث لعدة أيسام فسي کیس بلاستیکی مفلق به ارز

جاف غير مطهي، حسبما نقلت وكالتزالأنباء الألمانيت.

مجفف الشييعير أوالفرن أو الميكروويف أو أشعت الشمس الهاتف الذكيء مشددة على ضرورة عرض الهاتف بـــــعد ذلك على الفنييسن المتخصصين لاتخاذ إجراءات الإصلاح اللازمان

قراءة فحوصات شبكيت العين واكتشاف الإصابة بسبرطان العنق.

على قـــــراءة صور أشــــعـۃ الماموغرام السينية للثدي بشكل دقيق. ونقلت نيكول كوبي في مقالها

عن مدير خدمة غوغل الطبية دومينيڪ ڪينغ آن ما تحقــــق الإجابة عن بعض الأسئلة التي تعد أساسية في عرض النتائج على أرض الواقع.

وقالت هذه خطوة أخرى تقرينا أكثرني سعينا لتطبيقهذا النوع من التقينية على نحو آمن

الذكاء الاصطناعي يستطيع التنيسؤ بمسرطان الثدي بسمثل مستوى دقسة فني الأشبعة المتمرس. ويالمقـــــارنة مع الخبراء من بني البشر ، تمكن النظام من التقليل من نسب نتانج الفصوص الإيجابية الكاذبة بمقسدار 5.7٪ في الولايات المتحدة و1.2 % في بسريطانيا، ويسمعدل 9.4٪ بالنسيسة للنتائج السلبسية في الولايات المتحسدة و2.7% في بريطانيا.

وتشير الدراسة إلى أن خوارزمية شركت ديب مايند تعمل بشكل أفضل من اختصاصي أشـــــعت بمفرده، كما أنها لا تضل شأنا بالمقارنة مع أداء اثنين منهما.

ورغم نجاح الدراسيس فيما توصلت إليه ، فإنه لا يمكن للذكاء الاصطناعي أن يحسل تماما محل اختصاصيي الأشعار، لكثه قد يساعدهم في عملهم، كما تؤكد كارولين رويــــن فانبست رئيس قسسم الأشسعت السريرين بالكلين الملكين لاختصاصيي الأشعال.

أبرز الأحداث الفلكية في 2020.. بينها ظاهرة تحدث مرة كل 20 عام



سيشسهد العام الجديد عددا من الأحــــداث الطلكية المميزة، أبرزها 3 حالات خسوف للضمرء وعمليتا كسوف للشمس،هذا إلى جانب زخات عديدة للشهب، فضلا عن اقـــتران بـــين ڪوڪبـــي المشتري وزحل.

ويحسب ما نقلت صحيفة "الإمارات اليوم" عن مدير مركز الطلك الدولي محمد شوكت عودة، فإن أول كسسوف للشسمس هذا العام

سيكون هي ا 2 يونيو الجاري، وهو عبارة عن كسوف حلقي، في كل من ـــــلطنـــ عمان واليمن وأجزاء بسسيطة من المملكة العربسية السسعودية، بسيتما ـــيكون كــــوها جزئيا في أما الكسوف الثاني يحسب عودة

الإمارات ويقيم الدول العربيت فسيكون كليا ، وسيحــدث يوم 14 ديسمبر المقبل، ولن يشاهد من المنطقة العربية.

المميرة خبلال العبام الجديبد، سسيكون اقستران كوكب المشتري مع كوكب رحل في 21 ديسمبر المقبل(الساعة:01،22 ظهرا بتوقـــــيت غرينتش)، إذ يكون الاقتتران بشكل مبسط هو وقسوع جرمين بالقســرب من بعضهما بعضا كما يرى ظاهريا المشتري مع زحل يحدث كل 20 سنح تقريباء

ومن ضمن الأحـــداث الطلكيــــ

الاصطناعي بحسيث يستطيع

واستخدم باحشون من الكليم الإمبريالية البريطانية لأبحاث السرطان وجامعة نورث ويسترن ومستشسطى سسوري كاونتي الملحكسي وخدمسة غوغسل الطبسية، نظام التعلم العميق الذي طورته شركة ديب مايند على مجموعتين مختلفتين من البيانات المتعلقة بضحموصات الثدي، إحـــداهما من الولايات المتحدة والأخرى من بريطانيا. وخلص الباحثون إلى أن الذكاء الاصطناعي يمكنه المساعدة

وتقسول الدراسية إن نموذج

غيرأن تلك النتائج لا تعكس بالضرورة كيفية قسراءة مثل تلك الفحوصات في الواقع.





في بيلاط المُتنبب

(الحلقة الثامنة)

بقلم الأستاذ: محمد ولد إمام



انظر معى إلى هذه الأبيات من إحدى قصائد المتنبى المشهورة،

أطاعن خيلا من فوارسها الدهر

وَحَيِداً، ومَا هُولِي كَذَا ومَعِي الصَّبِرُ ويكفيك الشطر الأول حسين تتمعن فيه ، لتعذرهذا الرجل في حقده على أهل عصره، فهو يطاعل خيلا الدهر كله بعض فوارسها! ثع يواصل وصف أخلاقهه وشهيجاعته وافتحامه

وأشجع منى كل يوم سلامتى

وما ثبتت إلا وهي نصبها أمر

تمرست بالاهات حتى تركشها

تقول أمات الموت أم ذعر الذعر؟ وأقد مُتَّ إقدامُ الأتي كأنَّ لي

سوى مُهجَّتي أو كان لي عندها ولَّرُ

ذرالنفس تأخذ وسعها قبل بينها

فمطترق جاران دارهما الغمر فالعمر قبصير والحبياة زائلة فخذ بحظك

> منها ما دمت قادرا ولا تبال بشيء. ولا تحسبن المجد زقا وقينت

هُمَا الْمُجِدُ إِلَّا السِّيفُ والفَّنْحَاتُ الْبِحَكْرُ وتضريب أعناق الملوطك وأن ثرى

لكَ الهَبُواتُ السُّودُ والعسكرُ المَجْرُ وأذكر أنى قسرأت مرة ليسعضهم أنه لو كان غير المتنبى قائل هذا البيت لقال وتضريب أعناق الرجال.. ولكن المتنبـــــي لا يرى كفتًا له إلا الملوك، والغريب عندي أنّ ينشد هذاأمام أميرأ وملكا فانظر شجاعة الرجل وضيقته بسأهل دهره الذين بخسبوه حصَّــه وتأمروا عليه، ويتمادى في ذلك في الأبيات التي بعد هذا فيقول:

إذا الفضل لم يرفعك عن شكر ناقص

على هبَّة فالمُضَّلُ فيمَن له الشَّحَكُرُ

ومن ينفق الساعات في جمع ماله مخاطئ فلقر فالذي فعل الطقر

وكعرمن جبال جبت تشهد أنني ال

حيال ويحر شاهد أثنى البحر

وجنبني فرب السلاطين مفثها

وما يقتضيني من جماجمها النسر والى رأيت الضر أحسن منظرا

واهون من مرای صغیر به کیر فهو يمقت قبرب هؤلاء الملوك، وكبيرهم يغير حق فهو يرى نفسه مثلهم بل أرفع قد راً ، مثل قـــــوله، وهؤادي من الملك وإن كا ن لسائي يرى من الشعراءا

وسنقسف قسليلا عند أبسيات من لاميته المنسرحية الشهيرة، ففيها يتناول قبضية النسب فيقول،

أنا ابن من بعضه يعوق أبا الـ مباحث والنُّجِلُ بعض من مُجِلَّهُ

وإنما يدكر الجدود لهم

مَنْ نَصْرُوهُ وَأَنْصُدُ وَا حَيِلُهُ

أى أن من يمّا خربالجدود هو فقسط من عجز ونفدت حيله فلم يبق له إلا الفخر بالغابرين واسستدعاء الماضي وأهله الأن حساضره لا يسعفه (وأرى أن هذين البسيتين يصلحان لحسالنا المعاصر فعالمنا العريسس العاجز والمتأخر علميا وتقسسنيا غارق في الماضي وأمجاده القابرة، لأن حياضره بيائس لا مجد فيه، فترى أغلبه السندعي عصور النهشة الإسسلامية وما كان فيها من تقسدم أيام عصورها الذهبية، وما ذلك إلا لأن الحاضر

وترجع إلى أبسي الطيب مع هذه الأبسيات الرائعة

فخرا لعشب أروخ مشتمله

وسمهري أروح معتضله وليمخر المخراذ غدوتابه

مرتديا خيره ومنتعله

أنا الذي بين الإله به الـ

بأقدار والمرء حيثما جعله فهوهنا يعتبر نضسه مقياسا يبين الله به أقسدار الناس، ومنازلهم، فمن كان كريما عظيم القند ربسان ذلك في تعامله مع أبسي الطيب ويان أيضا في شعره. فهو،

جوهرة تطرخ الشراف بها

وغصث لا تسيقها السطلة

وان ولا عاجرٌ ولا تُحَلَّهُ

إنَّ الكذابُ الذي أَكَادُ بِهِ

أهون عندي من الذي نظلة

فالكذب والنميمة أحقر عند المتنبى ممن يمشييهماد

فالا مُبّال ولا مداج ولا

ودارع سفته فخر لفي

هي المُلتَقي والعَجاج والعَجَلَهُ وسامع رعثه بقاطيت

يحارفيها المنقح القوله

وريما أشهد الطعام معى

مَنْ لا يُساوي الحَيْرُ الذي أحَمَلُهُ ويظهر الجهل بي وأعرفه

والدر در برغم من جهله

وقد والله صدق، فهل ضر شعر المتنبى جهلُ بعض أهل دهره به؟ وها نحس تتدارسه بعد أكثر من ألف سندًا

ثم اقرأ معى هذه الأبيات من قسيدة له، يهون على مثلى إذا راء حاجير

وقوغ الغوالى دونها والقواشيب كثير حياة المرء مثل فليلها

يزول وباقى عيشه مثل ذاهب



التجمهر هنالتك لاعتراش تلاميث القسم الخارجي الذين يصلون ايستداء من الساعة السابعة والنصف على متن حسافلات ثلاث تحسملهم من والى المدينة عبر أربع رحلات يومية أيام الدراسة...

ومن الأليات كذ لك منع الثلاميذ (ذوي الأباء) من الدخول إلى المؤسسة بأى طريقة كانت...

وعادة ما يصل هؤلاء، على قاتهم، في سيارات شخصية لا يتجاوز أصحابها عدد أصابع البد الواحد ق...

بعد عشرين دفيف رّحانت ساحـ رّ المؤسسة خالية من التلاميذ .. وكان الأسساليَّةُ الدِّينَ وَخَلُوا لِلنَّو مِنَ الحسي المجاور للمؤسسسَّ، أومن المدينَّةُ، يتُجمهرون أمام البــــاب الخلصُ لمكتب المدير.. كأنَّما يبحــــــثون عنَّ الحماية من سولة ما يزيد على ألف مراهق غاضبين ومتحمسين...

بعش الأباء لم يثرُل أبناءه من السيارة خوفا عليهم من صدام محتمل بين التلاميذ والشرطات. التي أخذ المدير يستدعي السلطات المحلية من أجل إرسالها لضبط النظام والحفاظ على الأمن العام.. مرت الدقائق قصيرة بالنسية لمن تعودوا الكسل وشجروا من قناعات الدرس.. ولكنها كانت طويلة على هيئة التأطير التي تسمى إلى أي وسيلة قحسر بسها هذا

حالة استنفا رضعنوى يضوم بنها الجهازان الإدارى والتربيوي في المدينة الذي اقصل على أعلى الهرم ليتأكد من أن الشـــانعة لا أــــاس لها من السحة... فالدروس في ثانوية العيون تسير يصفة نظامية في الوقت الذي تحرس نحن على الاستمرار ونبايع فادتنا على المشي فدما في مواصلة ردة الفعل على هذه الحادثة التي لم نكاف أنفسنا عناء البحث عن مصد رها..

محاربة الشائعة

لع تحكن وسائل الاقصال متاحم هي منتصف سبعينات القرن الماشي ونحن يومها ند رس في المستوى الإعدادي... فقسد قكون عند يسعش مديري الثانويات هواتف ثابيستة لكثها لا تخرج عن الشبيسكة الداخلية للمديثة... فلم يحكن باستطاعة المدير في الداخل الاتصال بسالوزارة... إلا أن حمركمة البعريد كانت نشيطة... وكنا نتلقس الرسائل من موزع البريد مرتين هي الأسبوع... وكان يكفينا أن نكتب على طرف الرسالة عبارة .؟. أ وهي اختصار للعبارة القرنسية (الأسرة المدرسية)... فحالت هذه العبارة تحكمي من الطابع البريدي الذي كان هو الأخر جد رخيص... اجتمع بسنا الكبسار في ساحسة المطعم عند الصبساح ونحسن تخرج من المساكن الداخلين لنتناول وجيمة المعلور... الشهوة بالحليب والخير مع الشكولاقة أوالزيدة الغرنسية أوالكونغيتير...

متكانت وجبة راضية في تلحك المترز... ومنا من يأخذ الحليب فقسط دون الشهوة.. فكل ذلك متاح على طاولات المطعم التي يتقاسمها في العادة ثمانية تلاميذ يرأس أحسدهم جماعته... وعادة ما يكون الأسسن من

قبل أن ندخل إلى المطاعم التي تعد عند الصباح الباحكر اجتمع بنا قادة القسم الداخلي من التلاميذ وقسالوا إنه في مدينة العيون، التي تصعد عنا أحكثر من ثمانمانة كيلومتر إلى الشرق.. أنه قد قتل تلميذ في مناوشات بسين الشسرطة وتلاميذ من المؤسسة في إطار مظاهرات نظمها التيار الناصري الذي كانت مدينة العيون معقلا من معاقله...

التعليمات بشأن ردود العمل تعلى على الطريقة العسكرية... القرار الأول هو إضراب عن الفعمول لمدة فالاثنز أيام...

الأليام تتمثل في الطروح من المطاعم مباشسوة إلى ملعب كرة القسدم و

التحرك

الشعب: يومية _ وطنية _ إخبارية _ جامعة

أعراض ارتفاع السكر ..

لطالما اعتبر ارتفاع سكر الدم مشــڪلۃ جديۃ، قـــد تؤثر على صحة المصاب بها وتهدد حياته؛إذ يؤثر على القلب والأوعيات الدمويات والأعصباب الطرفيسة والعينيسن والقدمين، كما يؤدّي إلى الإصابــــّ بأمراض خطيرة في الجلد ، إضافتُ إلى أنه يسبّبُ شعورًا دائمًا بالعطش ويطء التنام الجروح، ويؤثَّر عميقًا على الصحر العامر للجسم.

ومن المعروف أن السكري مرضٌ مزمن يلازم الإنسان طوال حياته بمجرد الإصابة به، الكبيرة لمستوى السكر الموجود في الدم النَّاجِمةِ عن نُقـــــــان في هرمون الأنسولين الذي يضرره عضو البسكرياس والذي يعمل على حرق السكر وتحويله إلى طاقة اليستفيد منها الجسم، ويحدث هذا النقصان بسبب وجود خلل في البنكرياس.

أعراض ارتفاع السكر المفاجئ

وعندما ترتفع نسبت السكر في الجسم تظهر عدة أعراض على الأشخاص المصابين بهذه الحالة، خاصة في حال استمرت مستويات السكر في الارتفاع، حيث تكون أعلى من 350 ملغم\ديسلتر عند الكبارأو أعلى من 240 ملغم\ديسلتر عند الأطفال. وعادة ما يترافق ارتماع السكر المماجي مع ظهور العديد من الأعراض، وأهمُها تُكرار عدد مرات التبوّل؛ بحيث تُصبح أكثر من الحسد الاعتيادي والإحسساس بسالعطش

الشديد إضافة إلى تشوش في الرؤية مع شعوربالتعب والإرهاق وأيضا شعوربالنعاس. كما تشمل أعراض ارتفاع السكر المفاجئ خسارة الوزن بشكل سريع والإحساس بحكة في الجلد فضلا عن خروج رائحة أسسيتون من الغم انتيجة ارتفاع حسمض بالصداع والغثيان، والحاجم إلى التقيو في بسعض الأحسيان. علاوة على صعوبسات في التنفس وفقسدان القسدرة على التركيز، الإحساس بآلاء هي البطن.

أعراض ارتفاع السكر التراكمي

يشسير السسكر التراكمي لزيادته عن المعدل الطبعي الي هو ما بين 4.2 الى 6.4 وهو ينتج عن التصاق السكر (الجلوكوز) بـــــجزيئات الهيموجلوبين الموجود في كريات الدم الحمراء وهو المسؤول عن نقل الأكسجين في الدم، حيث يتحول عند التصاق الجلوكوزمعه إلى الجلايكيت، فعندما تزيد نسبت الجلوكوزفي الدم فإن نسبت الهيموجلوبين المحمل بالجلوكوز ستزيد ويبقى كذلك حستى انتهاء عمر كريات الدم الحسمراء وهو تقريبها ثلاثت

وغالباء ما تشمل أعراض ارتفاع السكر التراكمي كثرة التبـــول وجفاف الفم والشعور المتزايد بالعطش والجوع إضافت إلى فقدان الوزن ذلك لأنّ خلايا الجسم لا تحـــصل على حـــاجتها من الجلوكوز، فيكسر الجسم العضلات والدهون للحصول



الخميس 13 شوال 1441هـ الموافق: 4 يونيو 2020 م

كذلك تشمل أعراض ارتفاع السكر التراكمي التنميل والخدران في الأطراف ويحسدت هذا بسبسب حسدوث خلل في الأعصاب، وهو أحــــد مضاعفات ارتفاع السكر الذي يستمر لسنوات دون السيطرة عليه إلى جانب اضطراب الرؤية أو ضبابيتها مع شــعوربـــالصداع، وخلل في التركيز وأيضا التعب والإرهاق ويسطء التنام الجروح وكذلك الانتفاخ.

أعراض ارتفاع السكر بعد الأكل

تبلغ النسبة الطبيعية للسكرهي الدء للشـــخص الصائم لمدة 8 ســـاعات، ما ب_ين(80-100 ملغم/ديس_يلتر)، وعند

ملغم/ديسيلتر يُعتبرهذا مُؤشراً يستوجب مراقب "نسب" السكري بعد الأكل بشكل منتظم

وتشمل أعراض ارتضاع السكر بعد الأكل الشـــعوربــــالتعب، والضعف، والإنهاك والعطش الشــــديد ، مع كثرة التبــــول وتشــويش في الرؤيبَ، إضافةَ إلى الشــعور بنمنمة أو وَغُرُ في أصابع القدمين واليدين وأيضا تقــــاصات في العضلات، فضلاً عن السرعة في معدل التنفس والشعور بالدوار، والغثيان.

كما تشمل أعراض ارتفاع السكر بعد الأكل جفاف الفع ، والحسلق ، واللسسان وفقسدان القسدرة على التركيز والارتجاف وشحوب الوجه والشعوربالقلق والتوتر.

العلماء يكتشفون أضرارا جديدة للتدخين



التدخين يُســـهم في تطور مرض انفصام الشخصية والاكتناب،ما يساهم هي زيادة خطر الإصابة بالاضطرابات العضلية، وتم التوصل إلى هذا الاستنتاج من قيسل علماء الوراثة البريطانيين، تم نشر دراستهم في مجلة الطب التفسي.

لقد حلل العلماء الحمض النووي لأكثر من نصف مليون شخص في المملكة المتحدة، اتضح أن الأشـــخاص الذين يعانون من مرض انفصام الشميخصية والاكتناب يدخنون بشكل ملحــوظ أكثر من المشـــاركين الأخرين في التجرية العلمية.

علماء يكشهون الخطر القساتل لفلاتر السسجائر بـــالإضافة إلى ذلك، كان البريطانيون المصابون ببإدمان النيكوتين أكثر عرضة للإصابية بسمرض انفصام الشخصية، واحتمال إصابتهم بـالاكتناب المزمن أكثر من غير المدخنين بمقـــدار الضعف تقريبا.

الإقلاع عن التحخين

طرح علىم الورائدة نظرية أن النيكوتيين يعطل عمل السبيروتونين والدويسامين، وهما ويشاركان في تطور الفصام والاكتناب.

القفازات أحاديت الاستعمال قد لا تحمي 100% من كورونا



قسالت الجمعية الألمانية لمكافحسة الأمراض المعدية إن الضفارات المطاطية أحسادية الاستعمال الا توفر حسماية كاملة ضد فيروس كورونا.

وأوضح يتالجمعية الألمانية أنهذه القطا زات لا تمنع التسرب بشكل كامل لكل ما يلمسه الإنسان، وبـذلك يمكن أن يتســـرب الفيروس إلى البد عن طريق الأسطح المصابح، ويعدها يصيب الإنسان بسمجرد ملامست الأغشسية المخاطية كالموجودة في الأنف أوالغم أوالعين.

وعلى الرغم من إسهام القطارات في تقليل فرص العدوى، فإن أهم ما يوصى بـــــه هو عدم لمس الأنف أو الغم لعدم نقــــــل الفيروس إلى الأغشية المخاطية بهذه الأماكن. وبسعد العودة إلى المنزل، يجب غسسل اليدين جيدا وبشسكل مكثف لمدة لا تقــل عن 20 ثانية القــيام بتعقيمهما ، ويشكل عام ينبغي الالتزام بضاعدة التباعد الاجتماعي للحيد من خطر الإصابة بهذا الفيروس.

الخميس 13 شوال 1441هـ الموافق: 4 يونيو 2020 م

إعداد: صمب ولد الداه ـ أبو بكر تورو

قبال بسا خاليد و رئيس ڪيهيدي، في

تصريح لموقع كورة العريسي العالمي

إن كرة القدم في الداخل الموريتاني

تعانى الكثير من المشـــــــــــاكل

والصعوبات، مع أنه لكل منطقت ما

يميزها عن غيرها. وأوضح خاليدوهي

تصريحات صحفية أنه من النادران

تكون الأندية التي تنشــــط في

المدوري الموريتانس تملحك رعايست

لكن المعضلة الأكيـــرأن الجمهور

أيضها يعسره عسن الملاعسب فهي

تواكشوط ولا يحضر سوى لمباريات

المثتخب الوطئس. وطالب أنديب

العاصمة بتعبستة جماهيرها ، كي

تحضر المباريات المحلية، وتحسن

مظهر صورة الملاعب في التليطريون

رئيس نادي كيهيدي يبدي

بخصوص استكمال البطولة الوطنية لأندية الدرجة الأولى الانحاد الإفريقي لكرة القدم يتخذ بعض القرارات



أصدرت لجئم الطوارئ بالاتحسساد الافريقسي لكرة القسدم فسرارات جديدة بشان ستقبسل بسطولات الأندين للموسيم الحيالي والموسيم المقيسل ويحسب عارفين بالشسأن المحسلي سستغير حستما من خطت المحكتب التنفيذي للاتحــــاديـــــا الوطئية لحكرة القسدم بسخصوس

بالكاف فيما يلي،

- تحسديد فاتح ستميسر من 2020 موعدا للطنترة الأولى لتسجيل اللوائح في المسابقستين (كأس رابسطة الكونفد راليم الإفريقيم) وحسّى العشرين من نفس الشهر ،

على أن تبدأ الفترة الثانية لتقبيد اللاعبسين من الحسادي والعشسرين من الشــــهر ذاته على أن تثنهي عند

اللاعبسين الذين تم تسسجيلهم في الفترة الثانية لتقييد اللاعبين لا يمكنهم المشاركة قبل دوري 16 . مع إلقاء القرامات المالية المترتبسة على ذلك أصلا. - إلغساء السدور التمهيسدي? هسي البسطولتين ، على أن تلعب مبساريات دورال 64 ودورال 32 في شــــــهر أكتوبسره على أن تنطلق مبسا ريات المجموعات لدورة اطي شيسيهر

الثلاثين منه ، مع التنهــــيه على أن

ويسهدا يحكون الحكاف قسد وشع الاتحاد الموريتاني لكرة القدم في مأزق حيث أعلن الأخير شهر سبمتبر موعد الاستكمال موسيم 2019 -2020 وهو نفس التاريخ الذي أعلته الاتحساد الإفريقسي لكرة القسدم كموعد لتقديم اللوائح بالنسيب اللائدية المشباركة في مسابقيتي كأس وابطح الأبطال الإفريقية وكأس الكونفد رالية عن الموسم

توطميسسر، مع وجود سسيتاريو تم

الاتفاق حوله.



أثناء بسث المساريات. وشسدد على أن فيروس كورونا أثر سلبسسا على الرياشة بشكل عام ، لكن المهم سسلامة النصوس ويجب أن تكون لها الأولوية قبل تطوير اللعبة.

مستقبل الموسم الكروى لهذا العام وتلخصت أبرز قرارات لجنت الطوارئ بوبكر جوب المدرب الابرز محليا

يعتبــــــز بويـــــكر جوپ الملقب أنجوبـــو" المدير القني لنادى الونام ، من أبرز المد ربين هي موريتانيا ، خلال الوقست الحسالي بحسكم تتويجه في العشسرية الأخيرة بمعدد من الألقساب المهمة والحاسمة وكان أنجوب ويعمل كشرطى، لكته دخل المعترك الكروي من البياب الواسع ، حيث تولى تدريب الشـــرطة الوطنية لعدة مواسم ، وحقسق معه نتائج مقبولة اقبل أن يرحل إلى أندية أخرى في العاصمة تواكث وط، فضلا عن تجريسة فسصيرة ضمن الجهاز الفتى لشبــــاب موريتانيا. وأنجوب وهو المدرب الموريتاني



الوحيد الذي فأربب طولة الكأس الوطنية 3 مرات متتالية واحدة مع زمزم (كينج نواكشوط حاليا) 2015،2014،2013 وهـ وانجـاز



ترشيحه لجائزة أفضل مدرب محلى هي اليــــــــــلاد. وهي عام 2017 توج بلقسب الدوري الموريتاني مع نادي الوناء ، وشما رك معه في البسطول؟ العربية للأندية، وكذ لك دوري أبطال إفريقيا ، ورغم أنه فشل في التأهسل للسدورالثانسي فسي المسابقتين، إلا أن مشواره لم يحكن بىذلك السوء خاصة في بسطولة العرب الموسم المأشي قبررت إدارة الونام الاسيستغناء عن خدماته بشـــكل مفاجئ، لكنها عادت ولراجعت عن القسرار، يسعد عدة جولات من الدوري، تذييل خلالها

جوارديولا يحلم بتغيير مس

وعند ســـؤال بـــيري عن إمكانيت

نجح الإسبائي بسيب جوارديولا هي التتويج بكل الألقاب الممكنة على صعيد الأنديج، ويبسدوان مدرب مانشستر سيتي بدأ التخطيط للموزياليسطولات على المسستوي الدولي أيضًا رفقة المنتخبات.

ورفقا لشقيق في ووكيل أعماله، بسيري جوارديولا ، فإن الإسيساني يحلم بتدريب أحد المنتخبات في يوه من الأيام.

تدريب جوارديسولا للمنتخسب البرازيلي، أجاب لصحيفات "Globo Esporte البسرازيليت، بحسب ما نقــــات صحـــــيفت "ديلي ميل"، "البـــرازيل فارت بـــكل شـــيء مع مدريين براؤيليين، أعتقد أنكم تملڪوڻ مدريسين چيدين، ولا

وأضافه "بيب يحلم بنتد ربب أحث

تحتاجون للأجانبا".

المنتخبـــات في يوم من الأيام ، وسترى كيف ستسير الأمور، الأمر لا يتعلق بالحاضر".

الفريق الترتيب العام.

يذكران جوارديولا ارتبط اسمه في السابســـق بــــــتد ريب المنتخب البسرازيلي، كما حساول المنتخب الأرجئتيني خطفه ،عقــــب نهايج مونديال روسيا 18 20، وسبسق وأن استبعد قد ريب المنتخب الإسبائي.

الكاف يتبع استراتجية جديدة لتحديد الانسدية التي ستشارك في المسابقات القاريةً



حدد مسؤولوا الاتحاد الأفريقي لكرة الأندين المشساركة في البسطولات القارية للموسع المقبل.

وسسيتم اختيارا لأنديج على النحسو الثاليء

- بالنسيسة للإنحسادات التي أكملت

موسيسير 2020/2019 هون الشرق المشاركة في البطولات الإفريضية الموسيع القيادم هي الضرق المؤهلة من المسابق الوطنية 2020/2019 وفقًا لمعابير المشاركة السابقة. -بالنسبة للاتحادات التي لم تحكتمل مسابقساتهم المحسلية لموسسم 2019/2020 لكتهم وضعوا معاييسر لتصنيسف الفسرق أو الترتيسب فسي المسابق__ات الوطنية 2020/2010، فإن القرق المشاركة في البسطولات الإفريضية الموسم الضادم هي الفرق المؤهلة من المسابقـــــات الوطنية 2019/2020 وفقًا لمعايير المشاركة

- بالنسية للاتحادات التي لم تتمكن

من إكمال موسيع 2019/2020 واعتبروا أنهذا الموسم قند تم إلغاؤه تمامًا ولم يتم احتسابــــه، فإن الغرق المشاركة في البطولات الإفريقية الموسسم القسسادم هي تفس الفرق المؤهلة من الاتحساد المحسلي في أخر نسسخت (الموسيم الماشي الاتحسادات الذين لم ينتهوا يسعد من موسسمهم الوطنى يحسلول وقست المشاركة، سيُطلب منهم الحتيار أحد المعايير المذكورة أعلاه لتحسديد ممثلهم (ممثليهم) وسيواطق الحكاف أو يرفض المعايير المختارة يذكر أنه بالنسيب تالنسيخت القسادمت من المسابقتين فقند تقبرر إلقاء الدوريين التمهيديين، على أن ثلعب مباريات دور ال64 ودورال32 في شهر اكتويسر وتنطلق مبساريات المجموعات لدورال 16 فيشهر توفعير.

خواطر شعبية

منســوب "المجبنة"..!



حين أفكر في مدى تمدد (كورونا) وانتشاره أصاب بالرعب ويرتفع لدي منسوب (المجينة) وأضرب عن الطعام

و أهجر حياتي الطبيعية لتحاصرني الهموم من تفكير في نهاية العالم وضبابية المستقبل ونحو ذلك فيعسر (الإنسان

الهلوع) في داخلي عن نفسه وارتجف خوفا من المجهول..

ولكن في لحظة صفاء يقلب لي الأمل صفحة بيضاء جنيدة بدون الم فاقتحها لتنقاذفني الأماتي السعيدة وأودع الخاف

ويبدو باب الحياة مفتوحا أمامي على شمس مشرقة وسعادة قادسة فارى وجه الوطن مضمخا بلون المنزن الهتون ورائحة (النبعة) وريح الصبا.

(ويهب روح الأنس من قبل الحمى و أرى خبيمات الحمى وتر اني)

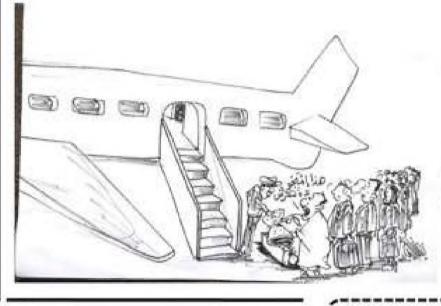
كما يقول مو لانا عبد الرحيم البرعي. أحس بالحياة تتدفق خلف (كورونا) ضحكة طفل وو لادة فجر و هجرة طيور وأماس مطيرة.

فشاهد بدوياة!

لم ينس الموريتاتيون أن ينقلوا باديتهم إلى انواكشوط وبقية مدنهم وعواصم والاياتهم. كانوا في حيرة لم يخرجوا منها؛ هل نتمدن البوادي أم تتبدى المدن؟!

المشاهد ناطقة: خيمة فوق (سطاح) قصر فخم وقطيع بقر يقطع شارعا رئيسيا وخليط من الأطفال والقطط والماعز في منزل واحد بالا فواصل وبدون عوازل. الجلوس على قارعة الطريق وفي قلب العاصمة لقضاء (الحاجات) الكبيرة والصنغيرة. مشي الهويني بين سيارات مسرعة أوقات الذروة.

للحديث بقية



اكطاع الشعب

بين الدولة وعالق بسبب الحجر

الدولة:

ارفع ذ البُلُ بالجعلُ عن يَلعلَ لَـ ذَ البُلَ عاد اللهَ رَّمُنَ يَلعلَ لَ واعطين خير املَ ذال خلق اليسَّلُلُ من گبلُ ا يسَّلُلُ من گبلُ ا يسَّلُلُ من شر گ امن بَلُ

العالق:

انحان ندخل مذال يكان نراجع لاعيال أصابرا، والامادفال نمثال، ذ الحال استثقل معناها عن ما تال كون اتليت ان نمثلل

الدولة:

التسلل لاه مئسك يجن واعليه ال سئك يختير إظرك وإجنك واصبر ذا الحال المستثقل ماه لاه يبسط عنسك يزول والا لا تعجمل

ا؟؟ هل نملم ؟؟!

أن الرعب يضعف المناعة وهو أخطر من كل فايروسات العالم؟ أنك أنت وسيلة الوقاية وهدفها؟ أن مساعدتك للسلطات الطبية والأمنية والإدارية هي قبل كل شيء مساعدة لك ولأسرتك ومجتمعك وشعبك وبلدك؟ أن الكرة في مرماك تحمى نفسك أو تفرط في صحتك؟

ليس عملا بطوليا؟ أن المواطن الذي يشوش على عمل السلطات الطبية والأمنية والإدارية

وقت الوباء يرتكب جريمة وطنية؟



المطلوب "اتفلوي" هذه الرسالة الصوتية التي سجلها أحدهم لمجموعة على الواتساب بعد أن ضمه صديقه لها:

كن منحضرا احرص على أن تتصدر المجلس!

الإجراءات الإستباقية

انقل أخبار الوباء للناس في المنزل و المكتب و السوق و الشارع.. أنت أفضل من الصحافة و المدونين وبيان (السادسة) الرسمي.. عند الإصابات و الوفيات و انكر الاسماء و المدن و لا تكن أضعف من الأخرين... اجمع معلوماتك و إن لم تجد لها مصادر فالبركة في (الدجف) ادخال (اجماعا) ولسو بأخبار سيئة كاذبة المهم أن تدخل (اجماعاة) وربك

الوهاب

كاربكائه برالع



زركة العدد

السلام عليكم، ذاك منير . أياك الخير ، أياك لباس. أن عودان امعاكم امشر فني حك، أنختير الحبيكم، وأران شاكر اميي إجازيه ابخير .

حل "الزركة" الماضية

صاحب العيدان يمد في الوسع ز3 صاحب البعر يقتل في ح4 صاحب العيدان يمد في الضيق ب7 صاحب البعر يقتل في ب6 صاحب العيدان يمد في ج5 صاحب البعر يقتل في ب4 صاحب العيدان يقتل في أ5 ثم ج7 ثم هـ7 ثم ج9 ثم هـ9 ثم ز7 ثم ز9 ثم ط9 ثم ز7 ثم ط5 ثم ط3 ثم ز5

9 8 7 6 5 4 3 2